

Jemina Paalimäki, 1200551

Parisuhde pienlapsiperheissä

Isän näkökulmasta

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Sairaanhoitaja AMK

Hoitotyö

Parisuhde pienlapsiperheissä - isän näkökulmasta

21.04.2016

Marja Salmela

Tekijä(t) Otsikko	Jemina Paalimäki Parisuhde pienlapsiperheissä isän näkökulmasta
Sivumäärä Aika	38 sivua + 2 liitettä 21.04.2016
Tutkinto	Sairaanhoitaja AMK
Koulutusohjelma	Hoitotyön koulutusohjelma
Suuntautumisvaihtoehto	Sairaanhoitaja
Ohjaaja(t)	Lehtori Marja Salmela
<p>Tässä opinnäytetyössä tarkastellaan parisuhdetta pienlapsiperheissä isän näkökulmasta. Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on kuvata, kuinka tyytyväisiä isät ovat parisuhteeseen pienlapsiperheissä. Opinnäytetyön tavoitteena on kartoittaa, mitkä seikat ovat yhteydessä isien kokemuksiin siihen, millainen parisuhde on pienlapsiperheessä. Tavoitteena on myös löytää parisuhteen huoltamiseen keinoja, jotka isät ovat kokevat hyödyllisiksi parisuhteen huoltamisen kannalta.</p> <p>Tämä opinnäytetyö toteutettiin laadullisena tutkimuksena teemahaastattelun avulla. Haastateltavia isiä oli 5 ja heidän nuorin lapsi oli alle 3- vuotias. Perheeseen sai kuulua myös muita vanhempia lapsia. Aineiston analyysi eteni alkuperäisten ilmausten etsimisestä pelkistämiseen sekä ala- ja yläluokkiin ryhmittelyyn vaiheittain. Aineiston sisällönanalyysi tehtiin aineistolähtöisesti. Haastattelun teemoiksi valikoitui kolme aihetta. Tutkimuskysymyksillä etsitään vastausta sille, miten isien tyytyväisyys parisuhteeseen on muuttunut lapsen synnytyä, minkälaiset asiat ovat yhteydessä isien kokemaan parisuhdetyytyväisyyteen ja kuinka parisuhdetta huolletaan pienlapsiperheissä.</p> <p>Tämä opinnäytetyö toimii yhteistyössä Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen Seksuaali- ja lisääntymisterveyden hankkeessa (2014- 2020). Hankkeessa pyritään edistämään miesten ja poikien seksuaaliterveyttä. Opinnäytetyön tuloksien tavoitteena on olla hyödyksi niin seksuaali- ja lisääntymisterveyden parissa työskenteleville ammattihenkilöille terveydenhuollossa ja ammattiin opiskeleville kuin parisuhteessa eläville isille.</p> <p>Tämän opinnäytetyön johtopäätöksenä voidaan todeta, että isät kokevat parisuhteessa esiintyneiden tekojen ja huomioon osoitusten olevan yhtä merkityksellisiä parisuhdetyytyväisyyden kannalta myös pienlapsiperheessä. Opinnäytetyön jatkotutkimuksena voisi esittää keinoja, joiden avulla pienlapsiperheiden vanhemmilla olisi enemmän yhteistä aikaa kahden kesken.</p>	
Avainsanat	Parisuhde, lapsiperhe, isä, tyytyväisyys, laatu, parisuhteen huoltaminen

Author(s) Title	Jemina Paalimäki Parisuhde pienlapsiperheessä isän näkökulmasta
Number of Pages Date	38 pages + 2 appendices 21 April 2016
Degree	Bachelor of Health Care
Degree Programme	Nursing and Health Care
Specialisation option	Nursing
Instructor(s)	Lecture Marja Salmela FT, TtM, Sh
<p>This thesis reviews the relationship from the viewpoint of the father in families with small children. The purpose of this thesis was to describe how satisfied fathers were on their relationship in families with small children. The objective of the thesis was to chart which factors are connected to fathers' experiences on how the relationship is in families with small children. The objective is also to find ways the fathers find useful in terms of maintaining a good relationship.</p> <p>This thesis was conducted as a qualitative study, using the methods of a theme based interview. There were five fathers as interviewees in this study and all the interviewees had a child under three years old. There were also older children in the families. The analyzing of the material went from finding the original expressions of the interviewees and reducing them into lower and upper classes by congruent contents. The content analysis was carried out as data-driven. Three subjects were selected as the themes for the interviews. The research questions are trying to find the answer on how the fathers' satisfaction towards the relationship has changed since the birth of the child and which factors are related on the fathers' satisfaction towards the relationships. The aim is also to find ways how to maintain the relationship in families with small children.</p> <p>This thesis works in together concert Health and wellness institute sexual and generative health project. (2014-2020). The project strives to promote mens and boys sexual health. The results of the thesis aims to be benefit so professionals of health care, nursing studying as intimate relationships living fathers.</p> <p>The conclusion of this study is that fathers in families with small children find actions and showing affection and attention just as meaningful in the time before and after the birth of the child when reflecting the satisfaction and maintenance of the relationship. In further research it could be meaningful to discover new ways how the parents could find and make more time to be alone together without the children.</p>	
Keywords	Intimate relationship, families with children, father, sort, intimate relationship care

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Opinnäytetyön tarkoitus, tavoitteet ja tutkimuskysymykset	2
3	Isäksi parisuhteessa	3
3.1	Isyyteen valmistautuminen parisuhteessa	3
3.2	Kahdesta kolmeksi	4
4	Parisuhteen hoitaminen	5
4.1	Parisuhteen hoitamisen haasteet	5
4.2	Keinoja parisuhteen hoitamiseksi	7
5	Parisuhde pienlapsiperheessä	8
5.1	Parisuhdetyytyväisyys	8
5.2	Toimiva vuorovaikutus	9
5.3	Seksuaalisuus parisuhteessa	10
6	Työtapa ja menetelmät	11
6.1	Aineiston keruu	11
6.2	Aineiston analysointi	13
7	Opinnäytetyön tulokset	14
7.1	Isän kokema parisuhdetyytyväisyys	16
7.2	Parisuhdetyytyvyyteen vaikuttaminen	20
7.3	Parisuhteen huoltaminen	22
8	Pohdinta	27
8.1	Tulosten tarkastelu	27
8.2	Eettisyys	31
8.3	Luotettavuus	32
8.4	Tulosten hyödyntäminen	34
	Lähteet	36
	Liitteet	
	Liite 1. Tiedonhaku taulukko	
	Liite 2. Haastattelun runko	

1 Johdanto

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää isien näkemyksiä sekä kokemuksia parisuhteen laadusta ja toimivuudesta pienlapsiperheessä. Opinnäytetyössä huomioidaan myös isien asenteita ja kokemuksia ennen lapsen syntymää parisuhteessa. Aikaisemmat tutkimukset ovat keskittyneet pääasiassa äitien parisuhdekokemuksiin lapsen synnyttyä, mutta isän näkökulma on jäänyt vähäisemmäksi. Opinnäytetyö tarjoaa myös konkreettisia keinoja parisuhteen ylläpitämiseen pikkulapsiperheissä eläville pariskunnille.

Raskausaika tuo usein mukanaan parisuhteeseen ristiriitaisia tunteita. Toisaalta tulevat vanhemmat ovat odottavia ja innoissaan tulevasta, mutta samalla muutos voi jännittää ja kiristää ilmapiiriä kotona. Usein odotusaika on kuitenkin äidille ja isälle yhtä tärkeä asia. Rajalan ja Ruoppilan tekemän tutkimuksen mukaan yli puolet esikoislapsen saaneista vanhemmista ovat kokeneet parisuhteen tiivistyneen odotusaikana. (Kauhanen 1998: 30.)

Parisuhteen luonteen ja käytännön elämän on katsottu muuttuvan lapsen hankinnan ja heidän kanssaan elämisen myötä suuresti. Lapsen tai lapsien saanti voi vaikuttaa erilaisin tavoin parisuhteen laatuun sekä onnellisuuteen parisuhteessa. (Kontula 2009: 36.) Laadukkaita parisuhteita katsotaan kuvastavan kumppanin tyytyväisyys ja sitoutuneisuuden ilmaisut sekä puolisoitten välinen miellyttävä vuorovaikutus. (Malinen 2011: 25).

Toive sukupuolten tasa-arvoisuudesta on yksi suomalaisia pikkulapsiperheitä kuvastava piirre, joka ei käytännössä kuitenkaan täytä odotuksiaan perheitä tyydyttävästi. Olipa syynä sitten vanhempien sukupuolittuneet jaot tai laajemmin omaksutut sukupuoliroolit, on lapsiperheiden arki usein äideille ja isille keskenään täysin erilaista. (Malinen 2011: 15.)

Parisuhteessa elävät puoliset hakeutuvat avun pariin usein vasta liian myöhäisessä vaiheessa. Tällöin keskustelu kotona on liittynyt pääasiassa arkiasioiden hoitamiseen, yhteistä aikaa ei enää ole, kumpikaan ei tiedä, mitä toinen ajattelee eikä seksikään suju. Parit ovat ajautuneet tilanteeseen usein huomaamattaan, sillä pienien lapsien hoitami-

nen, työssä käyminen ja uran luominen vievät kaiken ajan. Tukiverkostot ovat mitäänsanomattomat, eikä lapsille ole hoitajia, kun vanhemmat haluaisivat tehdä jotain yhdessä. (Lehto 2004: 43.)

Opinnäytetyö on osa seksuaali- ja lisääntymisterveyden hanketta, jossa pyritään edistämään miesten ja poikien seksuaaliterveyttä. Tarkoituksena on tuottaa materiaalia Verraton- verkkopalveluun yhdessä THL:n asiantuntijoiden kanssa.

Opinnäytetyön tietoperusta koostuu aiemmin tutkitusta tiedosta liittyen parisuhdetyytyväisyyteen pikkulapsiperheissä. Tutkimusartikkeleita on etsitty käyttäen Medic-, Cinahl- ja Academic search elite- tietokantoja. Tietoperusta koostuu isyyteen valmistautumisesta parisuhteesta, isyyden muutosvaiheesta, parisuhteen hoitamisesta ja sen haasteista, parisuhdetyytyväisyydestä, toimivasta vuorovaikutuksesta sekä seksuaalisuudesta.

Opinnäytetyön tavoitteena on selvittää tutkimuskysymysten avulla, kuinka tyytyväisiä isät ovat olleet parisuhteeseensa ennen lapsen syntymää, kuinka tyytyväisiä he ovat parisuhteeseensa nyt, kuinka parisuhdetta huolletaan pienlapsiperheissä sekä kuinka usein parisuhteen huoltamiselle löytyy aikaa. Tutkimustuloksia selvitetään haastattelella viittä pienlapsiperheen isää. Tässä opinnäytetyössä pienlapsiperheellä tarkoitetaan perhettä, jossa nuorin lapsi oli alle 3 vuotias.

Haastattelu muotona toimii teemahaastattelu. Tulosten pohjalta on tarkoituksena tehdä nykyisille ja tuleville isille materiaalia Verraton- verkkopalveluun, jonka tavoitteena on tukea isien parisuhdetyytyväisyyden kokemuksen keinoja. Koen haastattelun olevan kaikkein paras menetelmä tässä opinnäytetyössä, sillä tutkimuskysymykset ovat osittani kovin henkilökohtaisia. Väärinkäsitysten välttämiseksi kysymykset pystyttiin tarvittaessa tarkentamaan isille. Haastattelu on menetelmänä kovin joustava, minkä ansiosta on mahdollista saada haastateltavalta tietoon vastauksiensa motiiveja. (Hirsjärvi – Hurme 2011: 34).

2 Opinnäytetyön tarkoitus, tavoitteet ja tutkimuskysymykset

Opinnäytetyön tarkoituksena on kuvata, kuinka tyytyväisiä isät ovat parisuhteeseen pikkulapsiperheissä isien teemahaastattelun avulla. Tarkastelun kohteena ovat myös keinot, joilla vanhemmat huoltavat parisuhdettaan ja kuinka usein parisuhteen huoltamiselle on aikaa. Malisen tekemän tutkimuksen mukaan parisuhteen hoitaminen voi vahvistaa

suhteen laatua oleellisesti ja laadukkaassa parisuhteessa eläminen taas kannustaa hoitamaan parisuhdetta entistä aktiivisemmin. (Malinen 2011: 20).

Opinnäytetyön tavoitteena on kartoittaa, mitkä seikat ovat yhteydessä isien kokemukseen, millainen parisuhde on pienlapsiperheissä. Kartoittamisessa huomioidaan, kuinka vanhemmat huoltavat parisuhdetta, kuinka usein parisuhteen huoltamiselle on aikaa ja mitkä asiat vahvistavat nykyistä parisuhdetta. Vanhempien yhteinen ajan käyttö on otettu myös huomioon. Opinnäytetyön tavoitteena on myös löytää keinoja, jotka isät ovat kokeneet hyödyllisiksi parisuhteen ylläpitämisen kannalta.

Opinnäytetyön tuloksia hyödynnetään THL:n Verraton- verkkosivuilla, josta isät pääsevät itsenäisesti etsimään tietoa aiheesta. Tuloksista on siis hyötyä niin isille kuin esimerkiksi seksuaali- ja lisääntymisterveyden parissa työskenteleville ammattihenkilöille terveydenhuollossa.

Opinnäytetyöni tutkimuskysymyksiä ovat:

1. Kuinka isän tyytyväisyys parisuhteeseen on muuttunut lapsen synnyttyä?
2. Mitkä asiat ovat yhteydessä isän kokemaan parisuhdetyytyväisyyteen?
3. Kuinka parisuhdetta huolletaan pienlapsiperheessä?

3 Isäksi parisuhteessa

3.1 Isyyteen valmistautuminen parisuhteessa

Tässä opinnäytetyössä parisuhteella tarkoitetaan naisen ja miehen välistä suhdetta, jonka katsotaan perustuvan kiintymykseen ja seksuaalisuuteen parisuhteen toista puolisoa kohtaan.

Suuri osa tulevista isistä ovat kokeneet lapsen odotusajan positiivisena aikana, jolloin rakkauden ja yhteenkuuluvuuden tunne vahvistuu ja samoin suhde puolisoon lähenee. Odotusaikana lapsen vanhemmat viettävät usein entistä enemmän aikaa yhdessä toistensa kanssa, kuin aikaisemmin. Isät kokevat odottavan äidin tarvitsevan heitä enemmän raskausaikana ja tämä aiheuttaa sen, että parisuhteelle on enemmän aikaa ja suh-

teen laatu paranee. Tuleva isyys saa uuden isän toimimaan aktiivisemmin sekä reagoimaan voimakkaammin tunteilla. (Säävälä – Keinänen – Vainio 2001: 14; Keinänen – Säävälä 1998: 17.) Korkean parisuhdetyytyväisyyden raskauden aikana on kuitenkin katsottu joissain tutkimuksissa olevan yhteydessä parisuhdetyytyväisyyden laskuun lapsen syntymän jälkeen. (Lehto 2004: 55).

Parisuhteessa elävät isät kokevat usein lapsen suunnitellun ja hankinnan olevan yhteinen kokemus niin äidille kuin isille. Parisuhteen toimivuus osaltaan määrittää perheen perustamista. (Malinen 2011: 18.) Lasta ei kuitenkaan kannata tehdä rakoilevaan parisuhteeseen, sillä lapsi ei paikkaa parisuhdetta. (Reinholm 2000: 57).

Esikoisen odotus ja syntymä eivät välttämättä ole vain ihanaa aikaa elämässä. Vanhemmille uusi elämäntilanne voi aiheuttaa parisuhteeseen myös ristiriitoja. Isät voivat esimerkiksi aistia odottavan äidin tarvitsevan enemmän huomiota, mutta keskustelemattomuuden vuoksi puolison toiveet saattavat jäädä epäselviksi, mikä puolestaan voi aiheuttaa parisuhteessa ristiriitatilanteita. (Kaila-Behm 1997: 127.)

Schulz, Cowan ja Cowan (2006) aiemmin tehdyn tutkimuksen mukaan vanhempien parisuhteen laatu on tyypillisesti laskenut ensimmäisen lapsen syntymän jälkeen. Jotkut vanhemmista ovat kuitenkin pystyneet säilyttämään parisuhteensa samanlaisena tai jopa parantamaan parisuhdettaan lapsen syntymän jälkeen. (Adamsons 2013: 160.)

Lapsi, isä, parisuhde ja koko yhteiskunta hyötyvät isän sitoutumisesta isyyteen. Isän sitoutuminen tarvitsee kuitenkin tietynlaisia mahdollisuuksia ja edellytyksiä, jotta tämä toteutuisi parhaalla mahdollisella tavalla. Tällaisia edellytyksiä ovat muun muassa isän oma halu, kyky ja valinta vastuunkantamisesta ja halu olla mukana lapsen elämässä. (Mykkänen – Eerola 2014: 49.)

3.2 Kahdesta kolmeksi

Tässä opinnäytetyössä pienlapsiperheellä tarkoitetaan sellaista perhettä, joka muodostuu kahdesta vanhemmasta, äidistä ja isästä, sekä ainakin yhdestä alle kolmevuotiaasta lapsesta. Perheeseen voi kuulua myös muita vanhempia lapsia.

Lapsen syntymän jälkeistä elämää kutsutaan usein elämän ruuhkavuosi. Tämä tuttu nimitys on syntynyt ehkäpä juuri tämän uuden elämänvaiheen mukanaan tuomien uusien roolien tähden. Lapsen syntymä muuttaa perheen parisuhteen kolmiosuhteeksi. Tällainen suuri muutos voi aiheuttaa monissa perheissä alkuun vaikeuksia ja sopeutumisongelmia. Parisuhde-elämä muuttuu kiireelliseksi perhe-elämäksi ja tämän vuoksi perheissä voi ilmaantua riitoja, masennusta, perheväkivaltaa, ahdistusta ja joissain tapauksissa parit saattavat jopa erota. (Malinen 2011: 14; Säävälä ym. 2001: 9.)

Lapsen syntymä tuo tullessaan suuria muutoksia perheeseen. Uudet muutokset ovat usein kivoja ja myönteisiä, mutta mukana tulee myös aivan uudenlaisia haasteita. (Paa-janen 2005: 51.) Parisuhteeseen liittyvien ongelmien on katsottu lisääntyvät huomattavasti ensimmäisen lapsen syntymän jälkeen. Jotkut isät ovat olleet sitä mieltä, että lapsi on omalla tavallaan täydentänyt perhettä ja tehnyt täten vanhempien elämästä mielekkäämpää. Suurin osa on kuitenkin kokenut vastakkaisia tunteita parisuhteessa lapsen synnyttyä. Molempien vanhempien on löydettävä uudet roolinsa isänä ja äitinä ja samalla arjen työmäärä on lisääntynyt lapsen mukanaan tuoman työmäärän puitteissa, mikä osaltaan väsyttää vanhempia. (Jämsä 2010: 66.)

Deaven ja Johnsonin (2008) tekemän tutkimuksen mukaan isät odottivat lapsen kotiin tulon tuottavan ongelmia unen puutteen vuoksi, mutta harvat viittasivat parisuhteessa koettuun muutokseen. Kontrasti näkyi kuitenkin syntymän jälkeen, jolloin isät puhuivat avoimesti lisääntyneestä stressistä parisuhteessaan. Isät tunnustivat raskaudenaikaisen valmistelun mahdollisten vaikeuksien suhteen olevan hyödyksi heidän tietoisuuteen nähden. (Deave – Johanson 2008: 630.)

4 Parisuhteen hoitaminen

4.1 Parisuhteen hoitamisen haasteet

Lapsen syntymä parisuhteeseen koetaan usein parisuhteen hoitamisen kannalta haasteelliseksi. (Malinen 2011: 31). Toisaalta perhekoon kasvaminen voi aiheuttaa parisuhteeseen sekä positiivisia että negatiivisia roolien ja riippuvuussuhteiden muutoksia. Väsymys on läsnä kaiken aikaa ja arki pyörii lapsen hoidon ympärillä. Nukkuminen jää vähäiseksi eikä perheen vanhemmilla ole enää aiemmassa määrin mahdollisuutta nauttia kahdenkeskeisestä ajasta. Omien sekä puolison tarpeiden täyttämiseen ei jää päivässä

aikaa ja tulee sanottua asioita, joita tulisi myöhemmin pyydellä anteeksi. (Malinen 2011: 29; Säävälä ym. 2001: 22; Reinholm 2000: 55.)

Belskyn ja Rovisen (1990) mukaan vanhemmuuteen siirtyminen vaikuttaa parisuhteen laadun heikkenemiseen jossain määrin. Muutokset ovat kuitenkin yksilöllisiä, ja tuleekin huomioida myös muut tekijät, joita ovat persoonallisuus, tausta, parisuhde ennen lapsen syntymää sekä lapsen temperamentti. Parisuhteen laadun laskun on katsottu johtuvan myös siitä, että puolisoilla on ollut liian suuret odotukset lapsen syntymän jälkeiseen parisuhteeseen liittyen suhteessa todellisuuteen. (Rytönen – Hautsalo 2002: 36.)

Vanhempien yhteisen ajan jäädessä vähäisemmäksi, osallistuvat vanhemmat perheen ulkopuolisiin tapahtumiin molemmat vuorotellen, jolloin he jäävät helposti paitsi tärkeistä yhteisistä kokemuksista parisuhteen kehittymisen kannalta. Yhteiskunnassa olisikin syytä olla nykyisiä mekanismeja enemmän sekä sukulaisiin että tuttaviiin perustuvia verkostoja, jotka helpottaisivat perheen vanhempia huomioimaan toisiaan myös puolisoina ja nauttimaan yhdessäolon hetkistä nykyistä täyteläisemmin. (Kauhanen 1998: 30.)

Äidin ja lapsen symbioosi voi olla niin vahva, että isä kokee jäävänsä perheessä ulkopuoliseksi. Äiti keskittyy vauvan hoitamiseen ja on tämän vuoksi enemmän kiinnostunut vauvasta kuin isästä. Äiti voi kokea olonsa vauvan hoidon lomassa niin väsyneeksi ja kiireelliseksi, että hän ei ole esimerkiksi valmis seksiin isän kanssa. Äidin suuri hoivavietti voi myös viedä isän mahdollisuuden hoitaa lasta, mikä osaltaan lisää isän mustasukkaisuutta ja ulkopuoliseksi jäämisen kokemista. (Säävälä ym. 2001: 9; Kaila-Behm 1997: 30.) Uudenlaisen isätyypin kehittymisen ja parisuhteen toimivuuden kannalta olisikin tärkeää, ettei vanhemmuus syrjäyttäisi puolisona olemista. (Kauhanen 1998: 30).

Isänä olemisen uuteen rooliin liittyy myös muita ristiriitaisia tunteita. Tällaisia voivat olla isän kokema mustasukkaisuus, joitain tuhoavia puolia voi tulla esiin ja jopa tiedostamattomat toiveet lapsen vahingoittamisesta. Isä voi kokea jo raskausaikana ulkopuolisuutta, sillä sikiö on äidin kohdussa ja syntyessään äiti kohdistaa intensiivisen huomionsa lapseen. Sivullisuuden kokeminen voi olla miehelle jopa niin vaikeaa, että tilannettaan helpottaakseen hän vetäytyy miesporukoihin tai sivusuhteisiin. (Lehto 2004:48.) Isänä olemiseen katsotaan kuitenkin kuuluvan, että hänen täytyy sietää läheinen suhde vauvan ja äidin välillä ja myös oma syrjään jääminen. (Säävälä ym. 2001:21).

4.2 Keinoja parisuhteen hoitamiseksi

Tutkimuskirjallisuudessa suhteen hoitaminen on määritelty neljällä osittain päällekkäisellä tavalla. Ensinnäkin hoitaminen on viitannut suhteen olemassaolon säilymiseen sekä kestävyYTEEN. Toiseksi hoitamisen on viitattu suhteen nykyisen olotilansa ylläpitämiseen. Tällöin suhteen jatkuvuudelle ja luonteelle asetetaan tavoitteita. Kolmanneksi viitataan siihen, että suhde pyritään pitämään molemmat osapuolet tyydyttävänä. Neljänneksi hoitamisella on viitattu siihen, että suhdetta pyritään huoltamaan ja pitämään kunnossa. (Malinen 2011: 21.)

Arkielämässä parisuhteen ei kuitenkaan katsota olevan elämän suuria tekoja vaan pikemminkin ”arjen pieniä kokemuksia” (Malinen 2011: 16). Määttä (2000) on tiivistänyt noin 350 kirjoituksen pohjalta parisuhdetta vahvistaviksi tekijöiksi puolisoitten erilaisuuden ja muuttumisen hyväksymisen, arjen arvostamisen, huomaavaiset sanat ja teot, sitoutumisen, itsearvostuksen, avoimuuden, ristiriitojen ratkaisun ja toisen tarpeisiin vastaamisen. Parisuhteen hoitamisen katsotaan tapahtuvan juuri puolisoitten keskenään tapahtuvassa vuorovaikutuksessa, mutta myös puolison kognitioina ja tekoina. (Malinen 2011: 21- 22.)

Vastoinkäymisiä on hyvissä kuin huonoissakin liitoissa yhtä paljon, mutta ero näiden välillä näkyy siten, miten vastoinkäymiset kohdataan parisuhteessa. Hyvässä liitossa empatia ja ymmärtämys toista kohtaan pystyvät neutraloimaan pettymyksen ja raivon tunteet. Wallerstein (1996) on korostanut parisuhteissa yhteisen hauskanpidon ja huumorin merkitystä. Näiden työkalujen avulla asioiden oikeat mittasuhteet pysyvät sellaisinaan. Tärkeää on myös säilyttää muistikuva siitä erityisestä ja ihannoidusta ihmisestä, johon aikoinaan rakastui. Tämän muistikuvan avulla puolisoit kestävät paremmin vanhenemisen mukanaan tuomat muutokset. (Sinkkonen 1998: 82- 83.)

Perhekoon kasvaessa on tärkeää löytää molemmille vanhemmille omaa että myös kahdenkeskeistä aikaa. (Reinholm 2000: 77). Parisuhteen hoitamisen on havaittu olevan liitoksissa luottamukseen, runsaaseen sitoutumiseen, toisesta pitämiseen ja rakkauteen sekä parisuhteessa tasapuoliseen vallan jakautumiseen. Toisin sanoen parisuhteelta toivotut ominaisuudet tulisi näkyä parisuhteen hoitamisen avulla. (Malinen 2011: 25.)

Isyyteen sitoutuminen tukee niin isän kuin äidin vanhemmuutta ja näin pystyy tuottamaan jaettua vanhemmuutta. Äidin myönteinen asennoituminen miehensä isyyteen vahvistaa

isän kokemaan isäidentiteettiä ja tämä puolestaan lisää hänen osuuttaan lapsen hoidon suhteen. Vanhempien välinen suhde vaikuttaa myös isän sitoutumiseen ja sitoutuneisuudella pystytään tukemaan myös vanhempien välistä suhdetta. Toisin sanoen, mitä tyydyttävämpi ja toimivampi parisuhde on, sitä sitoutuneempi isä on todennäköisemmin myös isyyteen. (Mykkänen – Eerola 2014: 51.)

5 Parisuhde pienlapsiperheessä

5.1 Parisuhdetyytyväisyys

Parisuhdetyytyväisyys tarkoittaa kahden ihmisen välistä tyytyväisyyttä parisuhteeseen. Tässä opinnäytetyössä katson parisuhdetyytyväisyyden koostuvan molemmin puolista kunnioituksesta, arvostuksesta ja yhdenkuuluvuuden tunteesta.

Tutkimusartikkelit antoivat hieman hajanaista tietoa vanhempien kokemasta parisuhdetyytyväisyydestä lapsen saannin jälkeen. Sen vuoksi on vaikea sanoa yksiselitteisesti isien kokemasta tyytyväisyydestä parisuhteeseensa lapsen syntymän jälkeen aiemmin tutkitun tiedon puitteissa.

Twengen ja kollegoiden tekemän laajan meta-analyysin pohjalta haastavuus tulee lapsiperhevaiheen parisuhteissa näkyväksi siten, että lapsettomat parit ovat usein tyytyväisempiä parisuhteeseensa, kuin lapsiperhe parit. Vanhempien parisuhdetyytyväisyys myös laskee suuremmassa määrin verrattaessa lapsettomiin pareihin. (Malinen 2011: 27.) Useiden tutkimustenkin mukaan parisuhteessa elävien parisuhdetyytyväisyys laskee vanhemmuuteen siirtyessä. (Tiili - Kaunonen – Hannula – Halme - Tarkka 2011: 5).

Suomessa tehty pitkittäistutkimus seurasi naisia (n=348) ja heidän puolisoitaan (n=277) ennen ja jälkeen lapsen syntymän. Tutkimustulokset osoittivat, että tyytyväisyys parisuhteeseen vähenee lapsen syntymän jälkeen lukuun ottamatta niitä pareja, jotka eivät ole olleet tyytyväisiä parisuhteeseen raskausaikanaan. (Tiili ym. 2011:5.)

Useat tutkimukset ovat osoittaneet, että suuri osa vanhemmista olivat huomanneet parisuhteen laadun heikenneen ja puolisoitten etääntyneen toisistaan ensimmäisen lapsen

saatuaan. (Tiili ym. 2011:5). Laadun heikkenemisen syynä ovat, että parisuhteen yhteistä aikaa on entistä vähemmän eikä parisuhteeseen kuuluvia rituaaleja ole enää jaksuttu tai ehditty hoitaa kunnolla. (Kauhanen 1998: 29).

Kuitenkin aiemmin pikkulapsiperheiden isille tehdystä poikittaistutkimuksen vastaajista 56 % kokivat parisuhteen parantuneen ja vahvistuneen lapsen synnyttyä. 83 % isistä kokee olevansa parisuhteeseensa tyytyväisiä. Yhden lapsen isät taas ovat suhteessa tyytyväisempiä parisuhteeseensa kuin kahden tai useamman lapsen isät. (Tiili ym. 2011: 5.)

Monet tutkimukset ovat taas antaneet viitteitä siitä, että kun puolisoista tulee vanhempia, konfliktit lisääntyvät ja tyytyväisyys parisuhteeseen vähenee. Tutkimukset ovat myös osoittaneet, että naisten parisuhdetyytyväisyyden lasku johtaa miehen kokemaan parisuhdetyytyväisyyden laskuun. (Lehto 2004: 49.)

5.2 Toimiva vuorovaikutus

Tässä opinnäytetyössä toimivalla vuorovaikutuksella tarkoitetaan parisuhteen molempien osapuolten kuuntelemista ja kunnioitusta sekä sujuvaa kommunikaatiota. Toimivalla vuorovaikutuksella parisuhteessa molemmat osapuolet saavat äänensä kuuluviin ja parit pystyvät keskustelemaan asioista avoimesti.

Parisuhteessa puhumattomuus voi suistaa suhteen raiteiltaan. Kumppanin puhumattomuus sekä kuuntelemattomuus voi aiheuttaa sen, että toisen toiveet kuullaan väärin tai ne jäävät kokonaan kuulematta ja kumppanista etäännyttään. Tämä aiheuttaa parisuhteelle vääränlaista jännitettä. Kommunikaatiosuhteiden ylläpitäminen kumppanin kanssa on siis erityisen tärkeää pitää avoimina synnytyksen jälkeenkin. (Reinholm 2000: 75; Tiili ym. 2011: 6.)

Eräällä helsinkiläisellä lapsivuodeosastolla tehdyssä parisuhteeseen liittyvässä kyselyssä 82 % isistä olivat tyytyväisiä parisuhteessa tapahtuvaan tunteiden ilmaisuun. Vastaajista 16 % olivat parisuhteessa kohtalaisen tyytyväisiä tunteiden ilmaisuun. Tämä oli johtanut siihen, että suhde puolison kanssa oli etäännytynyt eikä puoliso enää ymmärtänyt tai arvostanut toista puolisoa. (Tiili ym. 2011: 6.)

Aiemmin tutkitun tiedon mukaan 75 % ongelmanratkaisuista onnistui parisuhteessa hyvin isien mielestä. Tällöin parisuhteessa puoliset sitoutuivat selvittämään erimielisyytensä kompromissien avulla ja epäsopua ilmeni vain vähän parisuhteessa. Neljännes isistä kuitenkin raportoi erimielisyyksistä, joita ei useimmiten pystytty käsittelemään rakentavasti. (Tiili ym. 2011: 7.)

Puolisoiden välinen kommunikaatio voi laskea lapsen syntymän jälkeen, kun naisen huomio kiinnittyy enemmän lapseen. Tämä laskee puolisojen välistä vuorovaikutusta ja kommunikaatiota. Tutkijoiden mielestä tämä voi laskea parisuhdetyytyväisyyttä erityisesti miesten osalta. (Lehto 2004: 55.) Mesiäislehto-Soukan tekemän tutkimuksenkin mukaan isien mielestä vaimon kanssa tapahtuvassa vuorovaikutuksessa on huomiota, kehua, hoivaa ja kiitosta. (Mesiäislehto-Soukka 2005: 122).

5.3 Seksuaalisuus parisuhteessa

Tässä opinnäytetyössä parisuhteen seksuaalisuus käsittelee parisuhteen kiintymyssuhteita. Seksuaalisuuteen katsotaan kuuluvan niin seksi, hellyyden- ja huomioon osoitukset kuin seksuaalisuus muutenkin.

Lasten syntymä parisuhteeseen vaikuttaa vanhempien seksuaaliseen kanssakäymiseen. Lapset ovat jatkuvasti läsnä, mikä rajoittaa vanhempien mahdollisuuden intiimeihin hetkiin. (Malinen 2011: 29.) Halmeen mukaan etenkin leikki-ikäisten lasten isät ovat kokeneet tyytymättömyyttä parisuhteensa seksuaaliseen puoleen sekä tunnetason kommunikaatioon. (Tiili ym. 2011: 5).

Paajasen (2006) tekemän tutkimuksen mukaan isistä hieman yli puolet ovat tyytyväisiä seksielämäänsä lapsen syntymän jälkeen. (Tiili ym. 2011: 5). Halme (2009) puolestaan raportoi leikki-ikäisten lasten isistä vain alle puolen olevan tyytyväisiä parisuhteen seksuaalisuuteen. Lisäksi isistä 24 % on esiintynyt seksuaalisuuden osa-alueella vakavia ongelmia. (Tiili ym. 2011: 9.)

Seksuaalisuutta halukkuutta voidaan tarkastella miehen näkökulmasta myös toisella tavalla. Isäksi tuleminen voi vaikuttaa piilotajuisesti miehen ajattelemiseen omasta vaimostaan kytkentöinä omaan äitiinsä niin seksuaalisuuden, naiseuden ja äitiyden näkökul-

masta. Tämä voi näkyä parisuhteessa ongelmana siten, että puolisoiden välille tulee risiiriitoja, seksuaalista estyneisyyttä sekä miehen hakeutumisena muiden naisten luo. (Lehto 2004: 48.)

6 Työtapa ja menetelmät

6.1 Aineiston keruu

Opinnäytetyön aineisto kerättiin haastattelemalla isiä samaa haastattelurunkoa käyttäen. (Liite 2.) Haastattelurungossa on nähtävillä teemakysymykset sekä niistä johdetut apukysymykset. Haastattelumuotona toimii puolistrukturoitu haastattelumenetelmä, eli teemahaastattelu. Tässä haastattelumallissa haastattelu kohdennetaan aiemmin valikoituihin teemoihin, joista keskustellaan haastattelun yhteydessä. (Hirsjärvi - Hurme 2011: 47-48.) Haastattelurunko on muodostunut siten, että aiemmin laatimiin tutkimuskysymyksiin saataisiin mahdollisimman kattavat vastaukset. Esimerkiksi ensimmäinen tutkimuskysymys: Kuinka isän tyytyväisyys parisuhteeseen on muuttunut lapsen synnyttyä? Haastattelurungon ensimmäisellä kysymyksellä ja siihen viittaavilla apukysymyksillä on tahdottu saada mahdollisimman kokonaisvaltainen käsitys isien kokemasta muuttuneesta parisuhdetyytyväisyydestä lapsen syntymän jälkeen. Kaksi seuraavaa haastattelukysymystä ja siihen viittaavat apukysymykset ovat myös johdettu samalla tavalla.

Parempaan haastatteluun voidaan tähdätä kiinnittämällä huomiota hyvään haastattelurunkoon. Eduksi on myös, että ennalta mietittyjä teemoja voidaan syventää ja pohtia lisäkysymysten avulla. (Hirsjärvi - Hurme 2011: 184.) Tämän opinnäytetyön haastattelurunkoon onkin laadittu apukysymyksiä, jotka tukevat aiemmin valittuja teemoja ja niistä muodostuneita kysymyksiä.

Teemahaastattelussa ei ole kuitenkaan tarkoitus kysellä ihan mitä vaan. Tarkoituksena pyritään löytämään vastauksia tutkimukseen tarkoituksen mukaisesti. Toisin sanoen etukäteen valitut teemat perustuvat tutkimuksen viitekehukseen. (Tuomi - Sarajärvi 2013: 75.)

Haastattelu on valittu aineistonkeruu menetelmäksi siksi, että haastattelijat ja haastateltavat pystyvät käymään keskustelua aiheesta, haastattelussa haastattelijat pystyvät oikaisemaan väärinkäsitykset sekä toistamaan kysymyksen. (Tuomi - Sarajärvi 2013: 73).

Haastattelussa tulikin muutamia tilanteita, joissa vastaaja ei ymmärtänyt kysymystä ja silloin kysymystä oli täsmennettävä ymmärrettävämmäksi. Haastattelijana sain myös toistaa kysymyksiä useaan kertaan.

Haastattelijan on syytä välittää haastateltavalle käsitys siitä, että juuri hänen haastattelun vastauksilla on keskeinen osuus. (Hirsjärvi – Hurme 2011: 85). Tässä opinnäytetyössä teemahaastattelun kysymykset liittyvät isien kokemaan parisuhdetyytyvyyteen pikkulapsiperheissä. Haastattelemiani isät suostuivat vapaaehtoisesti haastattelulle. Osa haastattelemistani isistä tunsin etukäteen, mutta osa haastateltavista isistä koostui kavereiden kavereista.

Henkilöitä valitaan haastateltavaksi yleensä siksi, että he edustavat jotakin tietynlaista ryhmää, esimerkiksi miehiä tai naisia, lapsia tai vanhuksia. Tutkimuksen alkaessa ongelmaksi korostuukin, miten saada yhteyttä juuri oikeanlaisen ryhmän edustajiin. (Hirsjärvi – Hurme 2011: 83.) Haastattelemiani isät ovat pääasiassa nuoria isiä. Haastattelemiani isien nuorimman lapsen tuli olla alle 3- vuotias, mutta heillä sai olla myös muita vanhempia lapsia. Haastateltavien nuorimman lapsen tuli olla alle 3- vuotias siitä syystä, koska pienten lasten vanhemmat kokevat usein lapsen hoitamisen olevan raskaampaa ja uuden elämäntilanteen yhteensovittamisen haasteellista aiempaan elämäntilanteeseen, mikä osaltaan heijastuu myös isien kokemaan parisuhdetyytyvyyteen.

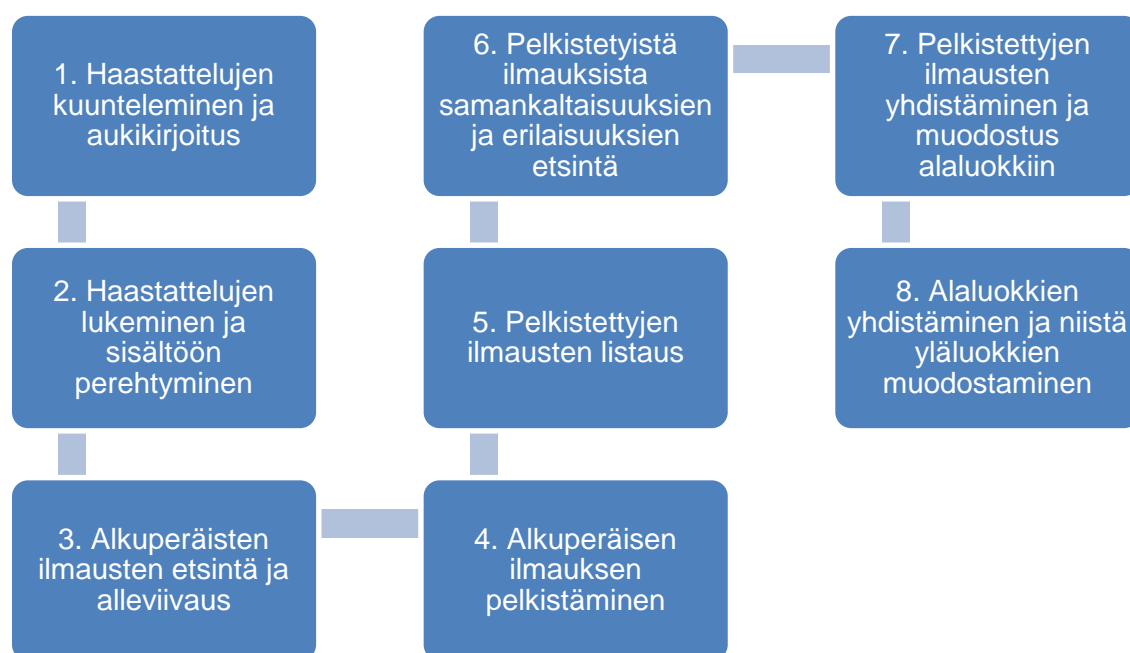
Haastateltavien määrä koostui 5 isästä. Haastattelut tehtiin joko kasvotusten tai pitkän matkaneron ja aikataulu ongelmien vuoksi puhelimitse kaiuttimen välityksellä. Haastattelut tehtiin kuitenkin kahden kesken siten, että sekä haastattelija että haastateltava olivat omassa rauhassaan. Haastattelut kestivät noin 5 minuutista 15 minuuttiin, riippuen siitä, kuinka laajasti isät vastasivat heille esitettyihin kysymyksiin. Haastatteluiden aikana ei tapahtunut keskeytyksiä eikä haastattelun aikana ilmennyt muitakaan häiriötekijöitä.

Taulukko 1. Esimerkki aineiston analysoinnista.

Alkuperäinen ilmaisu	Pelkistys	Alaluokka	Yläluokka
"Öö, pienet teot. Että pieni huomioon ottoja mitä molemmat tekee nii ne on meille molemmille tärkeitä"	Pienet huomioonotot molemmin puolin vahvistaa parisuhdetta	Arjessa toisen huomioiminen tavalla tai toisella vahvistaa parisuhdetta	Kumppanin huomioiminen tavalla tai toisella vahvistaa parisuhdetta

6.2 Aineiston analysointi

Haastattelujen pohjalta saatu tutkimusaineisto on tiivistetty sisällönanalyysin avulla siten, että tutkittavaa ilmiötä on kuvailtu lyhyesti ja yleisesti. Tutkimusaineistossa erotetaan samanlaisuudet ja erilaisuudet toisistaan. Luokittelussa aineiston kuvaaminen on yksiselitteistä ja toisensa poissulkevaa. (Latvala – Vanhanen-Nuutinen, 2001: 23.) Haastatteluni pohjalta tekemä sisällönanalyysi tapahtuu induktiivisesti, eli aineistolähtöisesti.



Kuvio 1. Aineistolähtöisen sisällönanalyysin eteneminen. (Mukaellen Tuomi - Sarajärvi 2013: 109).

Sisällönanalyysi-prosessi etenee eri vaiheiden kautta. Näitä vaiheita ovat analyysiyksikön valitseminen, aineistoon tarkempi tutustuminen, aineiston tulkinta sekä luokittelu ja luotettavuuden arviointi. (Latvala ym. 2001: 24.) Sisällönanalyysillä tarkoitetaan loppujen lopuksi dokumenttien sisällön kuvaamista sanallisesti. (Tuomi - Sarajärvi 2013: 106). Sisällönanalyysipohjaa (Kuvio 1.) käyttäen huomasi, että vastaukset tulivat helposti yksiselitteisiksi ja täten niiden luokittelukin tapahtui melko ongelmitta.

Analyysiyksikkö pystytään määrittämään eri tavoin ja sen määrittäminen onkin yksi olennainen tehtävä ennen analyysiprosessin aloittamista. Analyysiyksikön määrittelyssä keskeiset tekijät ovat aineiston laatu ja tutkimustehtävä. Tavallisimmin käytettyjä analyysiyksik-

siköitä ovat aineisto yksiköt: sana, lause, ajatuskokonaisuus, lauseen osa tai sanayhdistelmä. (Janhonen – Nikkonen 2003: 25.) Tässä opinnäytetyössä analyysiyksiköksi valittiin lause.

Tässä opinnäytetyössä haastattelut nauhoitettiin ja kuunneltiin tarkasti useaan kertaan sekä kirjoitettiin auki. Tämän jälkeen haastattelujen sisältöön paneuduttiin paremmin lukemalla ja näin perehdyttiin haastattelujen varsinaiseen sisältöön. Haastattelusta etsittiin ja alleviivattiin alkuperäiset ilmaukset, jotka sopisivat tutkimusvastauksiksi. Haastatteluista löydetty alkuperäisilmaukset pelkistettiin ja pelkistetyt ilmaukset listattiin. Listatuista pelkistyksistä oli tämän jälkeen helppo etsiä ja eritellä sisällöltään samanlaiset ja erilaiset pelkistykset. Tämän jälkeen samanlaiset ilmaukset yhdistettiin ja näistä muodostui erilaisia alaluokkia. Alaluokista puolestaan taas yhdistettiin samanlaiset ja näistä muodostui tutkimuksen yläluokat.

7 Opinnäytetyön tulokset

Tässä osiossa kuvataan opinnäytetyön tulokset. Haastattelu aineisto on ensin litteroitu, jonka jälkeen aineistosta on etsitty alkuperäisilmauksia. Tämän jälkeen alkuperäisilmaukset on pelkistetty ja luokiteltu ala- ja yläluokkiin. Tutkimustulokset on tällaisinaan taulukoitu ja tämän jälkeen tuloksia on verrattu aiemmin tutkittuihin tuloksiin.

Laadullisen tutkimuksen tavoitteena on ymmärtää tutkimuskohteena olevia ilmiöitä tutkittavien näkökulmasta ja tämän vuoksi laadullinen tutkimus kohdistuukin laatuun, eikä niinkään määrään. (Tuomi - Sarajärvi 2013: 150). Tässä opinnäytetyössä haastattelujen pohjalta alkuperäisilmauksia löytyi 103 kappaletta. Näistä alkuperäisilmauksista tehtiin pelkistykset, joita tuli yhteensä 115 kappaletta. Näistä pelkistyksistä muodostettiin alaluokkia, joita muodostui yhteensä 58 kappaletta. Alaluokista puolestaan muodostui yläluokat, joita tässä opinnäytetyössä tuli yhteensä 15 kappaletta.

Hirsjärven ym. (1997) mukaan tuloksia voidaan havainnollistaa erilaisten taulukoiden ja kuvioiden muodossa, jolloin lukija saa nopeasti kuvan saaduista tuloksista. Tulostusosa toimii tekstissä tarkastelu- sekä johtopäätösosan tukena. (Tuomi - Sarajärvi 2013: 158.) Seuraavassa taulukossa (Taulukko 2.) on esitettyinä kaikki tässä opinnäytetyössä muodostuneet ylä- ja alaluokat.

Taulukko 2. Kaikki opinnäytetyössä muodostuneet ala- ja yläluokat.

Alaluokka	Yläluokka
<ul style="list-style-type: none"> -Isät olleet tyytyväisiä parisuhteeseen ennen lapsen syntymää -Isät olleet tyytyväisiä parisuhteeseen lapsen synnyttyä -Parisuhteessa vastuu kasvanut lapsen synttyä -Parisuhde muuttunut rauhallisemmaksi lapsen synnyttyä -Parisuhde muuttunut erilaiseksi lapsen synnyttyä -Aisoista ajattelu muuttunut syvällisemmäksi lapsen synnyttyä -Omat tarpeet tulevat vasta lapsen tarpeiden jälkeen lapsen synnyttyä -Omat arvot eivät ole päällimmäisenä lapsen synnyttyä -Yhteiset kiinnostuksen kohteet yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen ennen lapsen syntymää -Samanlainen maailmankatsomus ollut yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen ennen lapsen syntymää -Yhteinen vastuunkantaminen yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen lapsen synnyttyä -Toisen lapsen odottaminen yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen lapsen synnyttyä -Muiden kanssa erilainen unirytmii yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen lapsen synnyttyä -Yhdessä vietettävän ajan viettotavat muuttunut lapsen syntymän jälkeen -Yhteinen aika yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen ennen lapsen syntymää -Yhdessä vietetty aika puolison kanssa yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen lapsen synnyttyä -Yhdessä vietetty aika perheen kesken koettu olleen yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen lapsen synnyttyä -Kokee raskausajan lähentäneen puolisoina -Raskausajalla ei koeta olleen merkitystä puolisoina lähentymiselle -Yhdessä vietetty aika vahvistaa parisuhdetta -Juttelu vahvistaa parisuhdetta -Rakkaudenosoitukset vahvistavat parisuhdetta -Hellyydenosoitukset vahvistavat parisuhdetta -Kumppanin huomioiminen arjessa tavalla tai toisella vahvistaa parisuhdetta -Pienet arkiset teot vahvistavat parisuhdetta -Yhteinen velka vahvistaa parisuhdetta -Yhteiset mielenkiinnon kohteet vahvistavat parisuhdetta -Samantyylinen elämäntapa vahvistaa parisuhdetta -Yhteiset päämäärät vahvistavat parisuhdetta -Samanlaiset arvot vahvistavat parisuhdetta -Keskimäärin kerran kahdessa kuukaudessa aikaa huoltaa parisuhdetta -Vaihtelevasti aikaa huoltaa parisuhdetta -Päivittäin yhdessä jotenkin huoltavat parisuhdetta -Noin kaksi kertaa kuukaudessa aikaa huoltaa parisuhdetta -Ei ole aikaa huoltaa parisuhdetta -Liian vähän aikaa huoltaa parisuhdetta -Kokee saavansa tarpeeksi huomiota kumppaniltaan -Kokee välillä saavansa tarpeeksi huomiota kumppaniltaan -Kumppani huomioi arkisilla teoilla arjessa -Kumppani huomioi siistimällä kotia -Kumppani huomioi tekemällä ruoan valmiiksi -Kumppani huomioi keittämällä kahvit -Kumppani huomioi sanomalla hyvää huomenta -Kumppani huomioi monin eri tavoin arjessa -Kumppani huomioi kehumalla arjessa -Kumppani huomioi järjestämällä omaa aikaa -Kumppani huomioi sanomalla rakastavansa -Voisi itse vaikuttaa parisuhdetyytyväisyyteen huomauttelemalla vähemmän -Voisi itse vaikuttaa parisuhdetyytyväisyyteen kehumalla kumppaniaan -Voisi itse vaikuttaa parisuhdetyytyväisyyteen muistamalla syntymäpäivän -Voisi itse vaikuttaa parisuhdetyytyväisyyteen huomioimalla toista enemmän -Voisi itse vaikuttaa parisuhdetyytyväisyyteen osallistumalla kotitöihin -Voisi itse vaikuttaa parisuhdetyytyväisyyteen järjestämällä kumppanille omaa aikaa -Voisi itse vaikuttaa parisuhdetyytyväisyyteen käyttämällä mielikuvitusta -Kaipaa nykyiseltä parisuhteeltaan enemmän yhteistä vapaa-aikaa -Kaipaa nykyiseltä parisuhteeltaan parempaa yhteen hioutumista -Kaipaa nykyiseltä parisuhteeltaan enemmän rauhaa -Kaipaa nykyiseltä parisuhteeltaan, että voisi itse olla rennompi 	<ul style="list-style-type: none"> -Isät pysyneet tyytyväisinä parisuhteeseensa ennen lapsen syntymää sekä lapsen synnyttyä -Parisuhteiden koetaan muuttuneen monessa suhteessa lapsen syntymän jälkeen -Samanlaiset kiinnostuksen kohteet koettiin olleen yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen ennen lapsen syntymää -Yhteisten asioiden koettiin olevan yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen lapsen synnyttyä. -Yhteisen ajan viettäminen pysynyt tärkeänä parisuhdetyytyväisyyteen vaikuttavana tekijänä ennen lapsen syntymää sekä lapsen synnyttyä, vaikka yhteisen ajan viettämisen koettiin hankaloituneen lapsen syntymän jälkeen. -Raskausajan koettiin lähentäneen puolisoina tai sillä ei koettu olleen merkitystä -Yhteiset hetket puolison kanssa sekä erilaiset huomioon osoitukset koettiin vahvistavan parisuhdetta -Yhteisen velan koettiin vahvistavan parisuhdetta -Yhteisten kiinnostusten kohteiden ja samanlaisten arvojen koettiin vahvistavan parisuhdetta -Parisuhdetta oli vaihtelevasti aikaa huoltaa päivittäin tai kuukausittain -Parisuhteen huoltamiselle ei jää aikaa -Isät kokivat saavansa ainakin välillä tarpeeksi huomiota kumppaniltaan. Oma kumppani huomioi arjessa toin. -Voisi itse vaikuttaa parisuhdetyytyväisyyteen huomioimalla arjen keskellä puolisoaan enemmän -Nykyiseltä parisuhteelta kaivattiin enemmän yhteistä aikaa kumppanin kanssa -Nykyiseltä parisuhteelta kaivataan nykyistä enemmän seesteisyyttä

7.1 Isän kokema parisuhdetyytyväisyys

Parisuhdetyytyväisyys koostuu parisuhteessa monesta erilaisesta, parisuhteelle olennaisesta piirteestä. Haastattelua tehdessä huomasin, että parisuhteet olivat jonkin verran erilaisia, mutta tiettyjä samoja piirteitä löytyi useasta parisuhteesta. Tässä osiossa olen eritellyt isien kokemuksia parisuhdetyytyväisyyteen liittyen ennen lapsen syntymää sekä lapsen synnyttyä.

Taulukko 3. Isien kokema parisuhdetyytyväisyys ennen lapsen syntymää sekä lapsen synnyttyä.

Pelkistykseen ilmaisu	Alaluokka	Yläluokka
-Ihan tyytyväinen parisuhteeseen ennen lapsen syntymää -Tyytyväinen parisuhteeseen ennen lapsen syntymää -9/10 asteikolla tyytyväinen parisuhteeseen ennen lapsen syntymää -Erittäin tyytyväinen parisuhteeseen ennen lapsen syntymää -Ihan oikein tyytyväinen parisuhteeseen ennen lapsen syntymää	Isät olleet tyytyväisiä parisuhteeseen ennen lapsen syntymää	Isät pysyneet tyytyväisinä parisuhteeseensa ennen lapsen syntymää sekä lapsen synnyttyä
-Tyytyväinen parisuhteeseen lapsen synnyttyä -Samoissa määrin tyytyväinen parisuhteeseen lapsen synnyttyä -Erittäin tyytyväinen parisuhteeseen lapsen synnyttyä	Isät olleet tyytyväisiä parisuhteeseen lapsen synnyttyä	

Haastatteluaineistoin pohjalta tuli esille, että kaikki isät kokivat olevansa vähintään yhtä tyytyväisiä parisuhteeseensa ennen lapsen syntymää kuin lapsen synnyttyä. Jotkut isät viittasivat haastattelun yhteydessä olevan jopa tyytyväisempiä parisuhteeseensa lapsen syntymän jälkeen kuin ennen lapsen syntymää.

Taulukko 4. Isien kokemuksia parisuhteen muuttumisesta lapsen synnyttyä.

Pelkistyksen ilmaisu	Alaluokka	Yläluokka
-Parisuhde muuttunut vastuulliseksi yksilöksi lapsen synnyttyä -Parisuhteessa vastuu kasvanut lapsen synnyttyä -Jälkikasvusta huolehtiminen parisuhteessa	Parisuhteessa vastuu kasvanut lapsen syntymän jälkeen	Parisuhteiden koetaan muuttuneen monessa suhteessa lapsen syntymän jälkeen
-Parisuhde jäänyt vähän taka-alalle lapsen synnyttyä -Parisuhde rauhoittunut lapsen syntymän jälkeen	Parisuhde muuttunut rauhallisemmaksi lapsen synnyttyä	
-Parisuhde muuttunut erilaiseksi lapsen synnyttyä	Parisuhde muuttunut erilaiseksi lapsen synnyttyä	
-Asioita ajattelee eri kannalta lapsen synnyttyä -Asioita ajattelee koko perheen kannalta lapsen synnyttyä	Asioista ajattelu muuttunut syvällisemmäksi lapsen synnyttyä	
-Omat tarpeet eivät ole päällimmäisenä lapsen synnyttyä	Omat tarpeet tulevat vasta lapsen tarpeiden jälkeen lapsen synnyttyä	
-Omat arvot ei ole päällimmäisenä lapsen synnyttyä	Omat arvot eivät ole päällimmäisenä lapsen synnyttyä	

Haastattelemani isät kokivat parisuhteen luonteen muuttuneen monella tapaa lapsen syntymän jälkeen. Tällaisia muutoksia olivat muun muassa vastuun kasvamisen tunne, parisuhteen rauhoittuminen, ajattelutapojen muuttuminen syvällisemmäksi sekä se, että omat tarpeet ja arvot eivät ole enää päällimmäisenä tärkeysjärjestyksessä. Isät kokivat myös parisuhteen jäävän jollain tapaa taka-alalle lapsen tarpeiden tullessa ensisijaiseksi perhe-elämässä.

Taulukko 5. Isien kokema parisuhdetyytyväisyys ennen lapsen syntymää sekä lapsen synnyttyä.

Pelkistyksen ilmaisu	Alaluokka	Yläluokka
-Kiinnostuksenkohteet olleet yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen ennen lapsen syntymää -Yhteiset harrastukset ollut yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen ennen lapsen syntymää -Maailmankatsomus ollut yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen ennen lapsen syntymää -Yhteinen sävel ollut yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen ennen lapsen syntymää -Miljoonan asian summa ollut yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen ennen lapsen syntymää -Yhteinen vastuunkantaminen yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen lapsen synnyttyä -Sitoutuminen pidempiin projekteihin yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen lapsen synnyttyä -Toisen lapsen odottaminen yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen lapsen synnyttyä -Muiden kanssa erilainen unirytmä vaikuttaa parisuhdetyytyväisyyteen lapsen synnyttyä	Yhteiset kiinnostuksen kohteet yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen ennen lapsen syntymää Samanlainen maailmankatsomus ollut yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen ennen lapsen syntymää Yhteinen vastuunkantaminen yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen lapsen synnyttyä Toisen lapsen odottaminen yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen lapsen synnyttyä Muiden kanssa erilainen unirytmä yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen lapsen synnyttyä	Samanlaiset kiinnostuksen kohteet koettiin olleen yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen ennen lapsen syntymää Yhteisten asioiden koettiin olevan yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen lapsen synnyttyä.

Ennen lapsen syntymää parisuhdetyytyväisyyteen olivat vaikuttaneet samanlaiset kiinnostuksen kohteet, yhteiset harrastukset sekä samanlainen maailmankatsomus. Osa isistä piti parisuhdetyytyväisyyden koostuvan yksinkertaisesti miljoonan asian summasta. Isät kokivat yhteisten asioiden olleen yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen ennen lapsen syntymää sekä lapsen synnyttyä. Isät katsoivat parisuhdetyytyväisyyteen liittyvien asioiden vaikuttavan laajemmin kuin ennen lapsen syntymää.

Taulukko 6. Isien kokemuksia yhdessä tekemisen merkityksestä parisuhteeseen.

Pelkistuksen ilmaisu	Alaluokka	Yläluokka
<p>-Yhteistä tekemistä ei voi miettiä samalla tavalla lapsen synnyttyä</p> <p>-Lapsen syntymän jälkeen ei enää lähdetä niin kuin huvittaa omille menoille</p> <p>-Yhdessä olo ollut yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen ennen lapsen syntymää</p> <p>-Yhteinen aika ollut yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen ennen lapsen syntymää</p> <p>-Puolison kanssa yhdessä olo yhteydessä parisuhteeseen lapsen synnyttyä</p> <p>-Erilainen yhdessäolo yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen lapsen synnyttyä</p> <p>-Yhteinen tekeminen yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen lapsen synnyttyä</p> <p>-Hauskan tekeminen yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen lapsen synnyttyä</p> <p>-Yhteiset hetket lasten kanssa yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen lapsen synnyttyä</p> <p>-Perheen kanssa yhdessä vietetty aika yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen lapsen synnyttyä</p> <p>-Perheen kanssa yhdessäolo vaikuttanut parisuhdetyytyväisyyteen lapsen synnyttyä</p>	<p>Yhdessä vietettävän ajan viettotavat muuttunut lapsen syntymän jälkeen</p> <p>Yhteinen aika yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen ennen lapsen syntymää</p> <p>Yhdessä vietetty aika puolison kanssa yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen lapsen synnyttyä</p> <p>Yhdessä vietetty aika perheen kesken koettu olleen yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen lapsen synnyttyä</p>	<p>Yhteisen ajan viettäminen pysynyt tärkeänä parisuhdetyytyväisyyteen vaikuttavana tekijänä ennen lapsen syntymää sekä lapsen synnyttyä, vaikka yhteisen ajan viettämisen koettiin hankaloituneen lapsen syntymän jälkeen.</p>

Yhteisen ajan viettäminen oman puolison kanssa on pysynyt tärkeänä osana parisuhdetyytyväisyyden kannalta ennen lapsen syntymää sekä lapsen synnyttyä. Isät kuitenkin kertoivat, että yhteisen ajan järjestäminen kahdestaan puolison kanssa on hankaloitunut lapsen tai lasten synnyttyä.

Isät kokivat puolison kanssa kahdestaan vietetyn ajan vaikuttavan parisuhdetyytyväisyyteen positiivisesti. Tämän lisäksi myös perheen kanssa yhdessä vietetty aika koettiin

parisuhdetyytyväisyyttä lisääväksi tekijäksi. Yhteisen ajan viettämisen puolison kanssa koettiin siis tapahtuvan melko moninaisesti.

Isät kokivat, että parisuhteessa oleva yhteinen aika on aiempaan verrattuna erilaista. Päästessään viettämään kahdestaan yhteistä aikaa puolison kanssa, isät kokivat tämän olevan yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen positiivisesti.

Taulukko 7. Isien kokemuksia raskausajan vaikuttamisesta parisuhteessa lähentymiseen.

Pelkistyksen ilmaisu	Alaluokka	Yläluokka
-Kokee raskausajan lähentäneen puolisoina -Kokee raskausajan lähentäneen puolisoina -Kokee raskausajan lähentäneen puolisoina	Kokee raskausajan lähentäneen puolisoina	Raskausajan koettiin lähentäneen puolisoina tai sillä ei koettu olleen merkitystä
-Ei koe raskausajan lähentäneen eikä loitontaneen puolisoina -Ei näe raskausajalla olleen suurta merkitystä lähentymisellä puolisoina	Raskausajalla ei koeta olleen merkitystä puolisoina lähentymiselle	

Osa haastateltavista isistä kokivat raskausajan lähentäneen heitä puolisoina. Toiset isät olivat taas sitä mieltä, ettei raskausajalla koettu olevan suurta merkitystä puolisoina lähentymiselle.

7.2 Parisuhdetyytyväisyyteen vaikuttaminen

Haastattelujen perusteella parisuhdetyytyväisyyteen voidaan vaikuttaa monella erilaisella tavalla. Kukin parisuhteessa elävä tietää, mikä on parhain keino vaikuttaa parisuhdetyytyväisyyteen juuri omassa parisuhteessa. Haastattelujen myötä kävi ilmi, että isät kokivat parisuhteen huoltamisen perustuvan usein miten ihan arkipäiväisistä sanoista ja teoista, joita kumppanille sanotaan tai tehdään. Monesta parisuhteesta löytyi samoja keinoja huoltaa parisuhdetta, mutta parisuhteessa parisuhteeseen vaikuttavat tekijät eivät olleet täysin samanlaiset.

Taulukko 8. Isien kokemukset parisuhteeseen vaikuttavista tekijöistä.

Pelkistykseen ilmaisu	Alaluokka	Yläluokka
<ul style="list-style-type: none"> -Yhdessä käyminen jossain kumppanin kanssa vahvistaa parisuhdetta -Yhdessä olo vahvistaa parisuhdetta -Satunnaiset treffit vahvistavat parisuhdetta -Juttelu eri teemoihin liittyen vahvistaa parisuhdetta -Rakkaus vahvistaa parisuhdetta -Rakkaudenosoitukset vahvistavat parisuhdetta -Hellyyden osoitukset vahvistavat parisuhdetta -Hellyyden osoitukset ovat vahvistaneet parisuhdetta -Kaikki arkiset huomion osoitukset vahvistavat parisuhdetta -Pienet huomioonotot molemmin puolin vahvistavat parisuhdetta -Toisen huomioiminen tavalla tai toisella vahvistavaa parisuhdetta -Pienet arjessa kotona tehtävät huomioon osoitukset vahvistavat parisuhdetta -Pienet arjen teot vahvistavat parisuhdetta -Pienet teot vahvistavat parisuhdetta -Arkiset asiat vahvistavat parisuhdetta -Pienet arjen teot vahvistavat parisuhdetta -Arkiset pienet teot vahvistavat parisuhdetta -Siivoaminen toisen poissa ollessa vahvistaa parisuhdetta -Kumppanin tekemä ruoan laitto vahvistaa parisuhdetta -Yhteinen velka vahvistaa parisuhdetta 	<ul style="list-style-type: none"> Yhdessä vietetty aika vahvistaa parisuhdetta Juttelu vahvistaa parisuhdetta Rakkaudenosoitukset vahvistavat parisuhdetta Hellyydenosoitukset vahvistavat parisuhdetta Kumppanin huomioiminen arjessa tavalla tai toisella vahvistaa parisuhdetta Pienet arkiset teot vahvistavat parisuhdetta Yhteinen velka vahvistaa parisuhdetta 	<ul style="list-style-type: none"> Yhteiset hetket puolison kanssa sekä erilaiset huomioon osoitukset koettiin vahvistavan parisuhdetta Yhteisen velan koettiin vahvistavan parisuhdetta

Isien kokemusten mukaan parisuhdetyytyväisyyteen vaikutettiin parisuhteessa monilla eri tavoilla, vaikkakin jokseenkin ihan arkipäivisin teoin. Tällaisia tekoja olivat muun muassa hellyyden ja rakkauden osoitukset, pienten arkisten tekojen tekeminen, yhdessä vietetty aika sekä jutteleminen kumppanin kanssa. Yksi parisuhdetta vahvistavista tekijöistä koettiin olevan yhteinen velka.

Taulukko 9. Isien kokemukset parisuhdetta vahvistavista tekijöistä.

Pelkistyksen ilmaisu	Alaluokka	Yläluokka
-Yhteiset mielenkiinnon kohteet vahvistavat parisuhdetta	Yhteiset mielenkiinnon kohteet vahvistavat parisuhdetta	Yhteisten kiinnostusten kohteiden ja samanlaisten arvojen koettiin vahvistavan parisuhdetta
-Samantyylinen elämäntapa vahvistaa parisuhdetta	Samantyylinen elämäntapa vahvistaa parisuhdetta	
-Samanlaiset päämäärät vahvistavat parisuhdetta -Yhteinen selvä tavoite vahvistaa parisuhdetta	Yhteiset päämäärät vahvistavat parisuhdetta	
-Samanlaiset arvot vahvistavat parisuhdetta	Samanlaiset arvot vahvistavat parisuhdetta	

Parisuhteen vahvistumisen tunteelle koettiin olevan oleellista myös yhteisten kiinnostusten kohteiden sekä arvojen olemassa oleminen. Samantyylinen elämäntapa ja samanlaiset arvot olivat isien mielestä parisuhdetta vahvistavia tekijöitä. Isät kokivat myös yhteisten päämäärien ja parisuhteelle asetettujen tavoitteiden olevan yhteydessä yhdessä koettuun parisuhdetyytyväisyyteen pienlapsiperheissä.

7.3 Parisuhteen huoltaminen

Haastattelujen pohjalta kävi ilmi, että isät pitivät parisuhteen huoltamista yhtenä parisuhteen keskeisimpänä asiana. Parisuhteen huoltamiseen liittyviä elementtejä ja siihen käytettävää aikaa isät kokivat olevan vaihtelevasti.

Taulukko 10. Parisuhteen huoltamiseen käytettävissä oleva aika lasten synnyttyä.

Pelkistykseen ilmaisu	Alaluokka	Yläluokka
-Keskimäärin ehkä kerran kahdessa kuukaudessa aikaa huoltaa parisuhdetta	Keskimäärin kerran kahdessa kuukaudessa aikaa huoltaa parisuhdetta	Parisuhdetta oli vaihtelevasti aikaa huoltaa päivittäin tai kuukausittain
-Vaihtelevasti on aikaa huoltaa parisuhdetta	Vaihtelevasti aikaa huoltaa parisuhdetta	
-Päivittäin yhdessä jotenkin huoltavat parisuhdetta	Päivittäin yhdessä jotenkin huoltavat parisuhdetta	
-Noin kaksi kertaa kuukaudessa aikaa huoltaa parisuhdetta	Noin kaksi kertaa kuukaudessa aikaa huoltaa parisuhdetta	
-Ei koskaan aikaa huoltaa parisuhdetta	Ei ole aikaa huoltaa parisuhdetta	Parisuhteen huoltamiselle ei jää aikaa
-Liian vähän aikaa huoltaa parisuhdetta	Liian vähän aikaa huoltaa parisuhdetta	

Isät kokivat jo aiemman taulukon (Taulukko 6) mukaan yhteisen ajan vaikuttavan parisuhdetyytyväisyyteen. Parisuhteen huoltamiselle jäi aikaa isien kokemusten mukaan kuitenkin vaihtelevasti. Osa isistä kokivat, että parisuhdetta kerittiin huoltamaan päivittäin. Toiset isistä puolestaan kokivat, ettei parisuhteen huoltamiselle jäänyt juuri ollenkaan aikaa.

Taulukko 11. Parisuhteessa puolison huomioiminen ja siihen käytettävissä oleva aika.

Pelkistykseen ilmaisu	Alaluokka	Yläluokka
-Kyllä kokee saavansa tarpeeksi huomiota kumppaniltaan -Kokee saavansa tarpeeksi huomiota kumppaniltaan -Kyllä kokee saavansa tarpeeksi huomiota kumppaniltaan	Kokee saavansa tarpeeksi huomiota kumppaniltaan	Isät kokivat saavansa ainakin välillä tarpeeksi huomiota kumppaniltaan. Oma kumppani huomioi arjessa teoin.
-Kokee saavansa välillä tarpeeksi huomiota kumppaniltaan -Kokee yleensä saavansa tarpeeksi huomiota kumppaniltaan	Kokee välillä saavansa tarpeeksi huomiota kumppaniltaan	
-Kumppani huomioi pienillä arkisilla teoilla -Kumppani huomioi pienillä arkisilla teoilla -Kumppani huomioi perus arjen yhteydessä -Kumppani huomioi pienillä arkisilla teoilla	Kumppani huomioi arkisilla teoilla arjessa	
-Kumppani huomioi siistimällä kotia	Kumppani huomioi siistimällä kotia	
-Kumppani huomioi tekemällä ruoan valmiiksi -Kumppani huomioi laittamalla ruokaa -Kumppani huomioi tekemällä ruokaa valmiiksi	Kumppani huomioi tekemällä ruoan valmiiksi	
-Kumppani huomioi keittämällä kahvit	Kumppani huomioi keittämällä kahvit	
-Kumppani huomioi sanomalla hyvää huomenta	Kumppani huomioi sanomalla hyvää huomenta	
-Kumppani huomioi monin eri tavoin arjessa	Kumppani huomioi monin eri tavoin arjessa	
-Kumppani huomioi kehumalla arjessa	Kumppani huomioi kehumalla arjessa	
-Kumppani huomioi järjestämällä joskus omaa aikaa	Kumppani huomioi järjestämällä omaa aikaa	
-Kumppani huomioi sanomalla rakastavansa	Kumppani huomioi sanomalla rakastavansa	

Isät kokivat saavansa pääasiassa tarpeeksi huomioita kumppaniltaan. Kumppanin tekemiä huomionosoituksia luettiin monia erilaisia. Huomioimiseksi koettiin rakkauden- ja hellyydenosoitukset kuin aamukahvin keittäminen. Oman ajan järjestäminen sekä ruuan laittaminen ja siivoaminen koettiin myös tärkeiksi huomionosoituksiksi.

Taulukko 12. Isien kokemuksia, miten voisivat itse vaikuttaa omaan parisuhdetyytyväisyyteensä.

Pelkistyksen ilmaisu	Alaluokka	Yläluokka
-Voisi itse vaikuttaa parisuhdetyytyväisyyteen huomauttelemalla kumppaniaan vähemmän	Voisi itse vaikuttaa parisuhdetyytyväisyyteen huomauttelemalla vähemmän	Voisi itse vaikuttaa parisuhdetyytyväisyyteen huomioimalla arjen keskellä puolisoaan enemmän
-Voisi itse vaikuttaa parisuhdetyytyväisyyteen kehumalla kumppaniaan enemmän	Voisi itse vaikuttaa parisuhdetyytyväisyyteen kehumalla kumppaniaan	
-Voisi itse vaikuttaa parisuhdetyytyväisyyteen muistamalla syntymäpäivät edes kerran	Voisi itse vaikuttaa parisuhdetyytyväisyyteen muistamalla syntymäpäivän	
-Voisi itse vaikuttaa parisuhdetyytyväisyyteen huomioimalla pikku juttuja enemmän	Voisi itse vaikuttaa parisuhdetyytyväisyyteen huomioimalla toista enemmän	
-Voisi itse vaikuttaa parisuhdetyytyväisyyteen tekemällä toisen puolesta mitä vain voi		
-Voisi itse vaikuttaa parisuhdetyytyväisyyteen osallistumalla välillä kotitöihin	Voisi itse vaikuttaa parisuhdetyytyväisyyteen osallistumalla kotitöihin	
-Voisi itse vaikuttaa parisuhdetyytyväisyyteen auttamalla arjen pyörittämisessä		
-Voisi itse vaikuttaa parisuhdetyytyväisyyteen antamalla kumppanille enemmän omaa aikaa	Voisi itse vaikuttaa parisuhdetyytyväisyyteen järjestämällä kumppanille omaa aikaa	
-Voisi itse vaikuttaa parisuhdetyytyväisyyteen järjestämällä kumppani välillä pois kotoa		
-Voisi itse vaikuttaa parisuhdetyytyväisyyteen käyttämällä mielikuvitusta	Voisi itse vaikuttaa parisuhdetyytyväisyyteen käyttämällä mielikuvitusta	

Isät kokivat pystyvänsä vaikuttamaan omaan parisuhdetyytyvyyteen järjestämällä puolisolleen omaa aikaa, auttamalla kodin askareissa sekä huomioimalla yleisesti kumppaniaan enemmän arjessa. Isien oman mielikuvituksen käyttäminen kumppanin hyväksi uskottiin myös vaikuttavan omaan parisuhdetyytyvyyteen.

Taulukko 13. Isien kokemuksia siitä, mitä kaipaavat nykyiseltä parisuhteeltaan.

Pelkistykseen ilmaisu	Alaluokka	Yläluokka
<ul style="list-style-type: none"> -Kaipaa nykyiseltä parisuhteeltaan enemmän yhteistä aikaa -Kaipaa nykyiseltä paarisuhteeltaan enemmän yhteistä aikaa -Kaipaa nykyiseltä parisuhteeltaan enemmän yhteistä aikaa -Kaipaa nykyiseltä parisuhteeltaan enemmän yhteistä vapaa-aikaa -Kaipaa nykyiseltä parisuhteeltaan enemmän kahden keskeistä aikaa -Kaipaa nykyiseltä parisuhteelta aikaa edes katsoa televisiota yhdessä -Kaipaa nykyiseltä parisuhteeltaan enemmän jotain aikaa yhdessä 	<ul style="list-style-type: none"> Kaipaa nykyiseltä parisuhteeltaan enemmän yhteistä vapaa-aikaa 	<ul style="list-style-type: none"> Nykyiseltä parisuhteelta kaivattiin enemmän yhteistä aikaa kumppanin kanssa
<ul style="list-style-type: none"> -Kaipaa nykyiseltä parisuhteeltaan parempaa yhteen hioutumista 	<ul style="list-style-type: none"> Kaipaa nykyiseltä parisuhteeltaan parempaa yhteen hioutumista 	<ul style="list-style-type: none"> Nykyiseltä parisuhteelta kaivataan nykyistä enemmän seesteisyyttä
<ul style="list-style-type: none"> -Kaipaa nykyiseltä parisuhteeltaan, ettei konflikteja tulisi niin helposti -Kaipaa nykyiseltä parisuhteeltaan seesteisyyttä -Kaipaa nykyiseltä parisuhteeltaan omaa rauhaa enemmän 	<ul style="list-style-type: none"> Kaipaa nykyiseltä parisuhteeltaan enemmän rauhaa 	
<ul style="list-style-type: none"> -Kaipaa nykyiseltä parisuhteeltaan, että voisi itse olla rennompi 	<ul style="list-style-type: none"> Kaipaa nykyiseltä parisuhteeltaan, että voisi itse olla rennompi 	

Isät toivat esille, että nykyiseltä parisuhteeltaan he kaipaisivat enemmän yhteistä aikaa puolison kanssa. Puolison kanssa yhdessä vietetyn ajan koettiin olleen tärkeässä roolissa jo ennen lapsen syntymää (Taulukko 6), mutta kiireellisemmäksi muuttuneen elämäntilanteen myötä tätä osattiin kaivata nykyiseltä parisuhteelta enemmän.

Isät kertoivat kaipaavansa nykyiseltä parisuhteeltaan enemmän myös seesteisyyttä ja rauhallisuutta, kuten parisuhteessa oli ennen lapsen syntymää. Kiireellisempi elämäntilanne on vaikuttanut myös siihen, että konflikteja tulee aiempaa enemmän ja osa isistä toivoikin parisuhteen sisältävän vähemmän konflikteja ja täten olevan myös seesteisempää.

8 Pohdinta

8.1 Tulosten tarkastelu

Tutkimuksen avulla tahdoin saada vastaukset kolmeen aiemmin laatimaani tutkimuskysymykseen. Mielestäni sain haastatteluiden avulla tutkimuskysymyksiin melko kattavat vastaukset isien kokemasta parisuhdetyytyväisyydestä pienlapsiperheissä. Aiemmin tutkittuun tietoon verrattuna joissain osin näkyi jonkin verran eriävyyksiä, mutta suurimmaksi osaksi isät vastasivat samankaltaisesti kuin aiemmatkin tutkimukset ovat osoittaneet.

Ensimmäinen tutkimuskysymykseni haki vastausta siihen, kuinka isän tyytyväisyys parisuhteeseen on muuttunut lapsen synnyttyä. Haastattelun perusteella tuli esille useita eri kokemuksia, miten isät ajattelivat parisuhteen luonteen muuttuneen lapsen synnyttyä. Isät toivat esille muun muassa vastuullisuuden kasvua, rauhoittumista parisuhteessa, omien arvojen ja tarpeiden toissijaisuuden sekä oman ajan vähenemisen. Kysymyksen laajuudesta ja isien kokemuksista johtuen mitään yhtä tiettyä johtopäätöstä ei voinut tehdä isien kokemasta parisuhteen luonteen muutoksesta lapsen tai lapsien syntymän jälkeen.

Isit kokivat olevansa parisuhteeseensa tyytyväisiä ennen lapsen syntymää ja joissain määrin he kokivat parisuhdetyytyväisyyden lisääntyneen lapsen syntymän jälkeen. Tämä tuli esille kysyessäni isiltä parisuhde tyytyväisyydestä ennen lapsen syntymään, jolloin vastaukset olivat luokkaa ”olen tyytyväinen” kun taas kysyessäni parisuhdetyytyväisyydestä lapsen syntymän jälkeen vastaukset olivat luokkaa ”olen erittäin tyytyväinen”. Kukaan haastatteleistani isistä ei viitannut parisuhdetyytyväisyyden laskuun lapsen synnyttyä. Tämä tutkimustulos oli yksi yllättävimmistä, sillä lapsen pienen iän olisi odot-

tanut vaikuttavan isien kokemaan parisuhdetyytyväisyyteen kiireellisemmäksi muuttuneen elämänvaiheen myötä. Monessa aiemmassa tutkimuksessa onkin saatu tuloksia, joissa isät eivät ole olleet samoissa määrin tyytyväisiä parisuhteeseensa lapsen syntymän jälkeen kuin ennen lapsen syntymää. Näissä tutkimuksissa isien epärealistiset odotukset parisuhteesta lapsen syntymän jälkeen ovat osaltaan voineet vaikuttaa tutkimustuloksiin. (Rytönen – Hautsalo 2002: 36.) Useasta aiemmasta tutkimuksesta löytyi myös viitteitä siitä, että isien korkea parisuhdetyytyväisyys on osoittautunut laskuun lapsen syntymän jälkeen. (Lehto 2004: 55). Tässä opinnäytetyössä saadut vastaukset isien kokemasta parisuhdetyytyväisyydestä lapsen syntymän jälkeen ovat kuitenkin osoittautuneet positiiviseksi.

Eräässä aiemmin tehdyssä tutkimuksessa vanhemmat olivat kokeneet parisuhteen laadun tyypillisesti laskeneen ensimmäisen lapsen syntymän jälkeen. Jotkut vanhemmat olivat kuitenkin pystyneet säilyttämään parisuhteensa samanlaisena tai jopa parantaneen sitä entisestään lapsen syntymän jälkeen. (Adamsons 2013: 160.) Myös tässä tutkimuksessani isät kokivat säilyttäneensä parisuhteen laadun sellaisenaan tai jopa parantaneen sitä lapsen syntymän jälkeen. Kukaan haastattelemistani isistä ei kuitenkaan kertonut parisuhteen laadun laskeneen lapsen syntymän jälkeen.

Aiemmin tehdyn poikittaistutkimuksen mukaan suurin osa isistä koki parisuhteen vahvistuneen ja parantuneen lapsen synnyttyä. Sama tutkimus on osoittanut suurimman osan isistä olleen parisuhteeseen tyytyväisiä lapsen syntymän jälkeen. (Tiili ym. 2011: 5.) Myös tässä tutkimuksessani jotkut isät kokivat lapsen syntymän jollain tapaa parantaneen parisuhdetta. Isät kokivat olevansa myös tyytyväisiä parisuhteeseensa lapsen syntymän jälkeen.

Tutkimukseeni osallistuneista isistä osa koki raskausajan lähentäneen heitä puolisoina. Jotkut isät eivät taas kokeneet raskausajalla olleen merkitystä puolisoina lähentymiselle. Aiemmin tutkitun tiedon mukaan on saatu paljon viitteitä siitä, että isät ovat kokeneet raskausajan lähentäneen heitä puolisoina. Tämän on katsottu johtuvan siitä, että vanhemmat viettävät raskausaikana usein entistä enemmän aikaa keskenään ja näin yhteenkuuluvuuden tunne vahvenee entisestään ja täten myös suhde puolisoon lähenee. (Säävälä ym. 2001: 14.) Isät ovat myös kokeneet aiemmissa tutkimuksissa lapsen suunnittelun ja hankinnan olleen yhteinen kokemus niin äidille kuin isille. (Malinen 2011: 18). Rajalan ja Ruoppilan tekemän tutkimuksen mukaan yli puolet esikoislapsen saaneista vanhemmista olivat parisuhteen tiivistyneen raskausaikana. (Kauhanen 1998: 30). Tämä

tieto vahvistui tämän opinnäytetyön kohdalla, sillä tässäkin tutkimuksessa yli puolet kokivat raskausajan lähentäneen tulevan lapsen vanhempia puolisoina.

Toinen tutkimuskysymykseni haki vastausta siihen, mitkä asiat ovat yhteydessä isän kokemaan parisuhdetyytyväisyyteen. Halusin ottaa opinnäytetyössä myös selvää siitä, kokivatko pienlapsiperheissä elävät isät parisuhdetyytyväisyyteen vaikuttavissa asioissa paljon eroavaisuuksia vai ovatko ne samankaltaisia kuin ennen lapsen syntymää. Isät kokivat yhteisiin asioihin sitoutumisen, samanlaisten kiinnostuksen kohteiden ja yhteisten harrastusten olleen tärkeässä roolissa vaikuttamassa parisuhdetyytyväisyyteen ennen lapsen syntymää. Yhteiset asiat olivat suuressa roolissa parisuhdetyytyväisyyden kokemisessa lapsen syntymän jälkeen. Tärkeimmäksi elementiksi kuitenkin nousi yhteisen ajan merkitys parisuhdetyytyväisyyden kokemiseen ennen lapsen syntymää sekä lapsen synnyttyä.

Aiemmin tutkitun tiedon mukaan parisuhdetta vahvistavia tekijöitä ovat puolison erilaisuuden ja muuttumisen hyväksyminen, huomaavaiset sanat ja teot, arjen arvostaminen, itsearvos, sitoutuminen, ristiriitojen ratkaisu, avoimuus ja toisen tarpeisiin vastaaminen. (Malinen 2011: 21- 22). Myös tässä tutkimuksessa isät toivat esille huomioon osoitusten, sitoutumisen, toisen tarpeisiin vastaamisen sekä huomaavaisten sanojen ja tekojen olevan yhteydessä heidän kokemaan parisuhdetyytyväisyyteen.

Isän kokemuksena ja näin ollen uutena tietona parisuhdetyytyväisyyteen vaikuttavana tekijänä nousi esille puolisoitten yhteinen velka. Uskon tämän johtuvan puolisoitten pidemmästä yhteisestä sitoutumisesta johonkin asiaan ja täten vaikuttavan myös parisuhdetyytyväisyyden kokemiseen.

Isät toivat haastatteluissa esiin, että puolison kanssa yhdessä vietetty aika pitää sisällään jutteleminen. He katsoivat tämän olevan tärkeä elementti parisuhteen huoltamisen kannalta. Aiemmissa tutkimuksissa ollaan tultu myös siihen tulokseen, että kommunikatiivisuhteiden ylläpitäminen kumppanin kanssa on tärkeää pitää avoimena myös lapsen syntymän jälkeen. (Reinholm 2000: 75; Tiili ym. 2011: 6.) Yllätyksekseni monikaan haastattelemani isä ei tuonut esille, että keskustelu puolison kanssa olisi heidän mielestään parisuhteen kannalta merkittävänä teko.

Kolmas tutkimuskysymykseni haki vastausta siihen, kuinka parisuhdetta huolletaan pienlapsiperheissä. Isät kokivat, että parisuhdetta huolletaan pienlapsiperheessä monin eri

tavoin. Isät toivat pääasiassa esille toisen puolesta tehtäviä arkisia tekoja ja juuri nämä asiat he kokivat merkityksellisiksi parisuhteen huoltamisen kannalta. Tällaisia tekoja olivat muun muassa kodin siivoaminen, ruoan tekeminen, kumppanin huomioiminen eri tavoin, kehuminen sekä kahvinkeitäminen. Isät uskoivat pystyvänsä vaikuttamaan myös itse parisuhdetyytyväisyyteen osallistumalla kodin askareisiin, antamalla puolisolle enemmän omaa aikaa sekä huomioimalla kumppaniaan enemmän.

Eräs tutkimus on selvittänyt, että isien mielestä vaimon kanssa tapahtuva vuorovaikutus on kehua, hoivaa, huomiota ja kiitosta. (Mesiäislehto-Soukka 2005: 122). Toinen suomalainen tutkimus onkin todistanut, että valtaosa isistä ovat olleet tyytyväisiä parisuhteessa tapahtuvaan tunteiden ilmaisuun. (Tiili ym. 2011: 6). Tekemäni haastattelun perusteella aiemmin tutkittu tieto vahvistui. Haastatteleman isät kokivatkin saavansa usein miten tarpeeksi huomiota kumppaniltaan parisuhteessa. Monet isät kertoivatkin haastattelun yhteydessä, että puoliso huomioi kehumalla tai monella eri arjessa esiintyvällä tavalla.

Kysyttäessä isiltä mitkä teot vahvistavat heidän parisuhdettaan, vastasivat kaikki isät kysymykseen muun muassa arjen pienten tekojen olevan merkityksellisiä. Tämä vahvistaa aiemmin tutkittua tietoa, jossa isät ovat kokeneet, ettei parisuhteen huoltaminen koostu elämän suurista teoista. Aiempienkin tutkimusten mukaan parisuhteen huoltaminen koostuu pikemminkin arjen pienistä kokemuksista. (Malinen 2011: 21.)

Parisuhteessa parisuhteen toista osapuolta voidaan huomioida monilla eri tavoin. On tärkeää huomioida kumppania niin henkisesti kuin fyysisesti. Aiemmin tutkitun tiedon mukaan onkin tärkeää löytää parisuhteen molemmille vanhemmille niin omaa kuin kahdenkeskistäkin aikaa. (Reinholm 2000:77). Aiemmin tutkittu tieto vahvistui jälleen tämän opinnäytetyön tuloksien seurauksena, sillä tästä asiasta mainitsivat myös monet haastatteleman isät.

Parisuhteen huoltamisen on myös havaittu olevan yhteydessä runsaaseen sitoutumiseen, luottamukseen, toisesta pitämiseen ja rakkauden sekä parisuhteessa tasapuoliseen vallan jakautumiseen. (Malinen 2011: 25.) Haastatteleman isät toivat esille, että rakkauden osoitukset ovat parisuhteen huoltamisen kannalta oleellinen elementti. Myös kumppanin kanssa yhteisiin pidempiin projekteihin sitoutumisella katsottiin olevan positiivinen merkitystä parisuhteen huoltamisen kannalta.

Haastattelemani isät kertoivat asioista, jotka vaikuttavat parisuhteen hoitamiseen. Tällaisia olivat muun muassa yhdessä puolison kanssa vietettävän ajan vähäisyys sekä konfliktien lisääntyminen lapsen syntymän jälkeen. Tämä viittaa siihen, ettei vanhemmilla ole enää samalla tavalla aikaa pitää parisuhteesta huolta kuin ennen lapsen syntymää. Aiemmin tehdyn tutkimuksen mukaan lapsen syntymä onkin koettu usein parisuhteen kannalta haasteelliseksi. (Malinen 2011: 31). Aiemmat tutkimukset saavat jälleen vahvistusta tekemäni tutkimuksen perusteella. Haastattelemani isät kertoivat myös, etteivät ehdi samoissa määrin viettämään puolison kanssa aikaa ja ovat tämän vuoksi kokeneet konfliktien lisääntyneen.

8.2 Eettisyys

Haastattelututkimukseen liittyy monenlaisia eettisiä kysymyksiä. Luottamuksellisuudella tarkoitetaan muun muassa sitä, että haastattelija on kertonut haastateltavilleen totuudenmukaisesti haastattelun tarkoituksesta, haastattelijan on käsiteltävä ja säilytettävä saamiaan tietoja luottamuksellisesti ja suojeltava haastateltavien anonymiteettia tutkimusraporttia kirjoittaessaan. Haastattelijan ja haastateltavan läheisyys synnyttää luottamusta ja voi täten saada haastateltavan kertomaan asioita, joiden paljastamista hän katuu myöhemmin. Haastateltavalle onkin siis kerrottava haastattelun yhteydessä, että hänellä on mahdollisuus ottaa yhteyttä tutkijaan ja tarkentaa sanomisiaan tai tarvittaessa perua oman osallistumisensa, mikäli hän tulee toisiin ajatuksiin. (Ruusuvuori - Tiittula 2005: 17.) Haastattelemani isät osallistuivat vapaaehtoisesti haastatteluun. Haastateltavan oikeudet kerrottiin opinnäytetyöhön osallistuneille isille. Heidän anonymiteetti on ollut suojassa haastattelun alusta alkaen ja anonymiteettia tullaan suojelemaan myös opinnäytetyön valmistuttua. Isille kerrottiin, että he voivat olla yhteydessä haastattelijaan, mikäli heillä herää kysymyksiä opinnäytetyöhön liittyen.

Tutkimustyön kaikissa osa-alueissa ja vaiheissa on huomioitu eettisyys. Tällaisia vaiheita ovat tutkimuksen tarkoitus, suunnitelma, haastattelutilanne, litterointi, analyysi, todentaminen ja raportointi. Myös tulosten hyödyntämistä tarkastelin eettisestä näkökulmasta. Tärkeimpinä eettisinä periaatteina katsotaan ihmisiin liittyvässä haastattelussa kuitenkin olevan luottamuksellisuus, informointiin perustuva suostumus, seuraukset ja tiedonantajan anonymiteetin suojaaminen. (Hirsjärvi – Hurme 2011: 20.) Kerroin haastattelemilleni isille haastattelun alussa, että haastatteluvastaukset tullaan säilyttämään siten, että heidän antama tieto pysyy sellaisenaan vain minun ja vastauksen antavan

isän välillä. Toisin sanoen opinnäytetyössä näkyy vain isien pelkistetyt vastaukset ja niiden ryhmittely ala- ja yläluokkiin siten, ettei heitä tai heidän vastauksiaan voida tunnistaa haastattelun pohjalta.

Eettisyys koskee osaltaan myös tutkimuksen laatua. Tutkijan on huolehdittava muun muassa siitä, että tutkimussuunnitelma on oltava laadukas, valittu tutkimusasetelma on tutkimukseen sopiva ja että raportti on tehty huolella. Toisin sanoen eettisyys kiertää muodollisesti tutkimuksen luotettavuus- ja arviointikriteereihin. Hyvää tutkimusta ohjaakin eettinen sitoutuminen. (Tuomi - Sarajärvi 2013: 127.) Tässä opinnäytetyössä olen edennyt suunnitelmallisesti, jonka vuoksi eettisyys välittyy tutkimuksen laadun kautta. Tutkimus on myös edennyt sovitussa aikataulussa.

Tutkijan eettiset ratkaisut ja tutkimuksen uskottavuus kulkevat yhdessä. Uskottavuus pohjautuu siihen, että tutkija noudattaa hyvää tieteellistä käytäntöä. Hyvän tieteellisen käytännön loukkauksia voivat olla muun muassa muiden tutkijoiden vähätteleminen, aiemmin tehtyihin tutkimuksiin ilmaistut puutteelliset viittaukset, harhaanjohtava raportti huolimattomien tutkimustulosten ja käytettyjen menetelmien vuoksi sekä tulosten puutteellinen kirjaaminen. (Tuomi - Sarajärvi 2013: 132- 133.) Tässä opinnäytetyössä viittaukset aiemmin tehtyihin tutkimuksiin on merkitty selkeästi. Lisäksi tulokset on merkitty selkeästi ja niiden havainnollistamiseen on käytetty apuna taulukoita, joista lukijan on helppo seurata tutkimuksen tuloksia.

8.3 Luotettavuus

Luotettavuutta voidaan tarkastella seuraavien kriteereiden kautta: uskottavuus, vahvistettavuus, reflektiivisyys ja siirrettävyys. Uskottavuus näkyy tässä opinnäytetyössä siten, että tutkimuksen ja sen tulosten uskottavuutta on osoitettu tutkimuksessa. Vahvistettavuus näkyy siten, että koko tutkimusprosessi on kirjattu siihen muotoon, että ulkopuolisen on helppo seurata prosessin pääpiirteitä. Reflektiivisyys näkyy opinnäytetyössä siten, että tekijänä olen tietoinen opinnäytetyön lähtökohdista ja nämä on kuvattuna opinnäytetyössä. Siirrettävyys tässä opinnäytetyössä näkyy siten, että tulokset pystytään siirtämään tai niitä voidaan verrata aiemmin tehtyjen tutkimusten rinnalla. (Kylmä – Juvakka 2007: 127- 129.)

Haastatteluaineiston luotettavuuden katsotaan riippuvan sen laadusta. Laadukkuutta voidaan taas tavoitella etukäteen hyvällä haastattelurungolla ja haastatteluun käytettävien laadukkaiden välineiden hankinnalla. Mikäli haastattelujen tallenteiden kuuluvuus on huonoa, litteroinnit noudattavat eri sääntöjä litteroinnin eri vaiheissa tai luokittelu on sattumanvaraista, ei haastatteluaineistoa voida sanoa luotettavaksi. (Hirsjärvi – Hurme 2011: 185.) Tämän opinnäytetyön luotettavuuden määrittelyssä on kiinnitetty huomiota kaikkiin näihin haastattelun osa-alueisiin.

Tutkimusmenetelmien luotettavuutta käsitellään usein reliabiliteetin, eli tutkimustulosten toistettavuuden ja validiteetin eli siitä, että tutkimuksessa on tutkittu juuri sitä, mitä on luvattu, käsitteiden kautta. Yksi yleinen luottamussuhteen kritiikki perustuu Lincolnin ja Guban (1985) esittämän arvioon, jonka mukaan luotettavuuskäsitteet perustuvat konkreettisen todellisuuden oleellisuuteen, jota tutkimuksessa tavoitellaan. (Tuomi – Sarajärvi 2013: 136.)

Luottamuksen luominen on voinut jäädä kuitenkin epävarmaksi entuudestaan tuntemieni isien kohdalla. Tämä voi johtaa siihen, että nämä isät eivät välttämättä uskaltaneet vastata rehellisesti kaikkiin tutkimuskysymyksiini aiemman ystävyyskaverin vuoksi. Uskon kuitenkin isien antaneen todenmukaisia vastauksia siitä syystä, koska kysymykset eivät olleet liian arkaluonteisia. Isille tulikin painottaa mahdollisimman hyvin ennen tutkimusta, että heidän anonymiteettinsä on suojattu ja tutkimus on luottamuksellinen. (Janhonen – Nikkonen 2003: 39).

Tutkimusta arvioidaan aina kokonaisuutena, jolloin sen sisäinen johdonmukaisuus eli koherenssi painottuu. Tutkimuksen luotettavuutta verrataan tutkimuksen kohteeseen ja tarkoitukseen: mitä tutkitaan ja miksi. Haastattelijan oma sitoumus tutkijana on myös keskeinen tutkimuksissa. Aineiston keruu tapahtuu menetelmänä (esimerkiksi haastattelu) ja jokseenkin tekniikkana (nauhoitus), sekä aineistoon liittyvät erityispiirteet ja mahdolliset ongelmatilanteet. Tutkimukseen valituille tiedonantajille on pystyttävä perustella, miksi juuri heidät valittiin tutkimukseen. Tutkija-tiedonantaja-suhteen on oltava toimiva. Luotettavuuteen vaikuttaa myös tutkimuksen keston, eli millä aikataululla tutkimus on tehty. Samoin aineiston analysointi, tulokset ja johtopäätökset puhuvat luotettavuuden puolesta. Tutkimuksen raportoinnin koostuminen, miten tutkimusaineisto on koottu ja tämän jälkeen analysoitu. (Tuomi - Sarajärvi 2013: 140- 141.) Opinnäytetyön haastatteluun osallistuneille isille kerrottiin, miksi juuri heidät valittiin mukaan tutkimukseen. Isät ovat

myös tietoisia siitä, että tutkimuksessa ilmenneet tulokset tulevan esille pelkistetyssä muodossa opinnäytetyössä.

Käytin haastattelurunkoa tehdessäni erästä isää pilottina, joka auttoi muotoilemaan kysymykset oikein ja paremmin ymmärrettävimmiksi. Käyttämäni pilotti isän vastaukset eivät ole lisätty haastattelun vastauksiin, koska ne eivät olleet vielä lopullisessa haastattelurungon muodossa. Sain kyseiseltä isältä varmuutta siihen, että kysymykset eivät ole niin arkoja, etteivät muut isät niihin uskaltaisi vastata tai että vastausta muutettaisiin sen arkuuden vuoksi. Tämän isän pilottina toimiminen tuo omalta osaltaan luotettavuutta tähän opinnäytetyöhön.

8.4 Tulosten hyödyntäminen

Opinnäytetyön tuloksia hyödynnetään THL:n Verraton- verkkosivuilla, jossa tavoitteena on tukea miesten ja poikien seksuaali- ja lisääntymisterveyttä. Isien kokema parisuhde-tyytyväisyys on suuressa osassa miesten seksuaali- ja lisääntymisterveyttä. Tässä opinnäytetyössä esiintyviä tutkimustuloksia hyödynnetään Verraton- verkkosivuille koottuna materiaalina, jonka tarkoituksena on toimia apuna pääasiassa aikuisille miehille, isille ja isiksi haaveileville.

Tämän opinnäytetyön tuloksia voivat käyttää hyödyksi mielestäni sosiaali- ja terveysalalla työskentelevät ammattihenkilöt sekä ammattiin opiskelevat kuin myös pienlapsiperheessä elävät isät kuin isäksi haaveilevatkin. Käytännön hoitotyön kannalta opinnäytetyö tukee osaamista muun muassa neuvolassa siten, että neuvolahenkilökunta pystyy tukemaan isää ja hänen parisuhdettaan paremmin. Koulutuksen kannalta opinnäytetyö tukee opiskelijoiden parempaa suhtautumista isiin, kun tulevat heitä kohtaamaan käytännön hoitotyössä harjoittelun tai omien töiden kautta. Yhteiskunnallisesti opinnäytetyö tukee etenkin pienlapsiperheitä tai perheelliseksi haaveilevia vanhempia. Uskon opinnäytetyön olevan hyvä tuki yleisesti isille, jotka pystyvät opinnäytetyön ansiosta vertaamaan omia kokemuksia ja toimintatapoja opinnäytetyössä esiintyvien toisten vanhempien kokemusten kanssa.

Tämän opinnäytetyön yksi tärkeimmistä johtopäätöksistä oli, että isät ovat kokeneet parisuhteessa esiintyneiden tekojen ja huomioon osoitusten olevan yhtä merkityksellisiä parisuhteen kannalta ennen lapsen syntymää kuin myös lapsen synnyttyä. Opinnäytetyön jatkotutkimuksena voisikin esittää keinoja, joiden avulla pienlapsiperheessä elävät

vanhemmat pääsisivät nauttimaan kahdenkeskeisestä ajasta puolisonsa kanssa yhä useammin ja täten myös parantavan parisuhdetyytyväisyyttä.

Lähteet

Adamsons, Kari 2013: Predictors of relationship quality during the transition to parenthood. *Journal of Reproductive and Infant Psychology* 31 (2). 160-170.

Deave, Toity – Johnson, Debbie 2008: The transition to parenthood: what does it mean for fathers? *Journal of Advanced Nursing* 63 (6). 626-633.

Himmanen-Koski 2004: Kiintymyssuhdeteoriasta ja parisuhteesta. Teoksessa Malinen, Vuokko – Alkio, Paula (toim.): *Parisuhde, intiimiys, seksuaalisuus. Teoriaa ja käytäntöjä pariterapiasta*. Helsinki: Väestöliitto, 59-77.

Hirsjärvi, Sirkka – Hurme, Helena 2011: Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Tallinna: Raamatutrükikoda.

Janhonen, Sirpa – Nikkonen, Merja 2003: Laadulliset tutkimusmenetelmät hoitotieteessä. Helsinki: WSOY.

Juvakka, Essi – Viljamaa, Janne 2002: *Miehen mittainen isä*. Helsinki: WSOY.

Jämsä, Juha 2010: Miesten synnytyksen jälkeinen masennus. Teoksessa Jämsä, Juha – Kalliomaa, Susa (toim.): *Isyyden kielletyt tunteet*. Vammala: Väestöliitto, 60-75.

Kaila-Behm, Arja 1998: *Miehestä esikoisen isäksi*. Hoitotieteen väitöskirja. Kuopion yliopisto.

Kauhanen, Saija 1998: *Kohti uudenlaista isyyttä*. Joensuu: Joensuu yliopistopaino. Joensuun yliopiston yhteiskuntapolitiikan ja filosofian laitos.

Kontula, Osmo 2009: *Parisuhdeonnan avaimet ja esteet*. Helsinki: Väestöliitto.

Keinänen, Eero – Säävälä, Hannu 1998: *Asiaa nuorelle miehelle. Täyttää elämää*. Väestöliitto.

Kylmä, Jari – Juvakka, Taru 2007: *Laadullinen terveystutkimus*. Helsinki: Edita.

Latvala, Eila – Vanhanen-Nuutinen, Liisa 2001: Laadullisen hoitotieteellisen tutkimuksen perusprosessi: sisällönanalyysi. Teoksessa Janhonen, Sirpa – Nikkonen, Merja (toim.): Laadulliset tutkimusmenetelmät hoitotieteessä. Helsinki: WSOY.

Lehto, Leena 2004: Kahdesta kolmeksi. Teoksessa Malinen, Vuokko – Alkio, Paula (toim.): Parisuhde, intiimiys, seksuaalisuus. Teoriaa ja käytäntöjä pariterapiasta. Helsinki: Väestöliitto, 43-58.

Malinen, Kaisa 2011. Parisuhde pikkulapsiperheessä. Jyväskylä: Jyväskylä University Printing House.

Mesiäislehto-Soukka, Helinä 2005: Perheenlisäys isien kokemana. Fenomenologinen tutkimus. Hoitotieteen väitöskirja. Oulun yliopisto.

Mykkänen, Johanna – Eerola, Petteri 2014: Sitoutuminen ja vastuu isyyden alussa. Teoksessa Eerola, Petteri – Mykkänen, Johanna (toim.): Isän kokemus. Tampere: Haka-paino, 49-64.

Paajanen, Pirjo 2005: Eri teitä vanhemmuuteen. Helsinki: Väestöliitto.

Reinholm, Minna 2000: ”kupeitten kuuma vai kadonnut kaipaus?” Pikkulasten vanhempien kokemuksia seksielämästä perhekoon kasvaessa. Perheverkkoprojekti. Väestöliitto.

Ruusuvuori, Johanna - Tiittula, Liisa (toim.) 2005: Haastattelu - tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Tampere: Vastapaino.

Rytkönen, Outi – Hautsalo, Katriina, 2002. Laadukas parisuhde: Onnea ja vuorovaikutusta. Jyväskylä: Jyväskylän yliopistopaino.

Sinkkonen, Jari, 1998: Yhdessä isän kanssa. Juva: WSOY.

Säävälä, Hannu – Keinänen, Eero – Vainio, Jari 2001: Isä neuvolassa – Työvälineitä ja ajatuksia vauvaa odottavien ja hoitavien isien kanssa työskenteleville. Tasa-arvojulkaisuja 2001:8. Sosiaali- ja terveysministeriö.

Tiili, Niina – Kaunonen, Marja – Hannula, Leena – Halme, Nina – Tarkka, Marja-Terttu 2011. Imetyksestä selviytyminen ja parisuhdetyytyväisyys lapsen syntymän jälkeen. Tutkiva Hoitotyö 9 (2). 4- 11.

Tuomi, Jouni – Sarajärvi, Anneli 2013: Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Tiedonhaku taulukko

Taulukko 14. Tiedonhaku taulukko eri tietokantoja käyttäen.

TIETOKANTA	HAUN RA- JAUS	HAKUSANAT	LÖYTYNEET	MAHDOLLISIA VALITTAVIA
Medic	2005-2015	Parisuh* AND is*	6	2
Cinahl	2005-2015	Parenthood* AND Father*	22	2
	2005-2015	Relationship* AND father* AND Parenthood*	30	6
Academic search elite	2005-2015	Parenthood* AND Father* AND Quality*	91	2

Teemahaastattelurunko

ESITIEDOT

1. Minkä ikäinen olit tullessasi ensikertaa isäksi?
2. Kuinka monta lasta sinulla on nyt?
3. Minkä ikäinen nuorin lapsesi on tällä hetkellä?

TEEMA 1. ISÄN TYYTYVÄISYYS PARISUHTEEN MUUTTUMISEEN LAPSEN SYNTYMÄN JÄLKEEN

- Miten koet parisuhteen luonteen muuttuneen lapsen syntymän jälkeen?
- Kuinka tyytyväinen olit parisuhteeseen ennen lapsen syntymää?
- Mitkä seikat ovat olleet yhteydessä silloiseen parisuhdetyytyväisyyteen?
- Kuinka tyytyväinen olette parisuhteeseen lapsen synnyttyä?
- Mitkä seikat ovat yhteydessä tämän hetkiseen parisuhdetyytyväisyyteen?
- Koetko raskausajan lähentäneen teitä puolisoina?

TEEMA 2. ISÄN KOKEMAAN PARISUHDETYTYVÄISYYTEEN OLEVAT ASIAT

- Mitkä asiat vahvistavat parisuhdettanne?
- Minkälaiset teot vahvistavat parisuhdettanne?

TEEMA 3. KUINKA PARISUHDETTA HUOLLETAAN PIENLAPSIPERHEESSÄ

- Kuinka huollatte parisuhdettanne?
- Kuinka usein teillä on aikaa huoltaa parisuhdettanne?
- Koetko saavasi tarpeeksi huomioita kumppaniltasi?
- Miten kumppanisi huomioi sinua arjessa?
- Mitkä olisivat sellaisia tekoja, joiden avulla voisit itse vaikuttaa parisuhdetyytyväisyyteesi?
- Kerro omin sanoin, mitä kaipaavat nykyiseltä parisuhteeltanne?